VISIT…

செவிலியர்களுக்கான அடிப்படை ஏஆர்டி மருத்துவ பயிற்சி கையேடு

(தொடர்ச்சியான ஹெச்ஐவி கவனிப்பு - ஏஆர்வி தெரபி மற்றும் தடுத்தல்)

இந்தியப் பயிற்சிக்கான வரைவு, ஜூன் 2007
உலக சுகாதார அமைப்பின் இந்திய அலுவலகத்தால்
ஆதரிக்கப்பட்டது

அத்தியாயம் 1: ஏஆர்டி உடனான தொடர்ச்சியான (Chronic)ஹெச்ஐவி கவனிப்பிற்கான முகவுரை

ஹெச்ஐவியால் பாதிக்கப்பட்ட நபர்களின் முழுமையான பராமரிப்பில் மருத்துவமனையில் அளிக்கப்படும் மருத்துவ பராமரிப்பு மற்றும் குடும்பத்தினர், நண்பர்கள், சமூக சுகாதாரப் பணியாளர்கள், பிற சமூகம் சார்ந்த பராமரிப்பாளர்கள், பாரம்பரிய மருத்துவர்கள் மற்றும் தன்னார்வ தொண்டு நிறுவனங்கள், FBOக்கள் போன்ற சமூக நல நிறுவனங்கள் ஆகியவை இணைந்து நோயாளிக்கு வீட்டில் அளிக்கும் பராமரிப்பும் அடங்கும். "தொடர்ச்சியான ஹெச்ஐவி பராமரிப்பு" வழிகாட்டு கையேட்டின் H8 முதல் H9 வரையிலான பக்கங்களில் கூறப்பட்டுள்ள வரிசையான மருத்துவப் பராமரிப்பு குறித்த விஷயங்கள் சமூக பராமரிப்பு மற்றும் சிகிச்சைக்கான ஆதரவு அகியவற்றை மையமாக கொண்டு உள்ளது. இப்பாடத்திட்டமானது மருத்துவ பராமரிப்பில் கவனம் செலுத்துகிறது. இது முழுமையான பராமரிப்பின் ஒரு முக்கியமான அங்கமே ஆகும். இதையே முழுமையான பராமரிப்பாக கருதக்கூடாது. IMAI ART உதவி பாடத்திட்டமானது நோயாளிகளுக்கான கல்வி, மனோரீதியிலான ஆதரவு, தொடர்ந்து மருந்து உட்கொள்வதற்கான தயாரிப்பு மற்றும் மருத்துவக் குழுவிற்குள் உதவி ஆகியவற்றிற்கேற்ப PLHA, நர்ஸிங் உதவியாளர்கள், செவிலியர்கள் மற்றும் ஆலோசகர்களை தயார் செய்கிறது. IMAI தகவல் தொடர்பு சாதனங்கள் மக்களை சிகிச்சைக்கு தயார்படுத்தவும், சமூகத்தில் அளிக்கப்படும் பிற பயிற்சிகளுக்கும் உதவிகரமாக இருக்கும்.

தொடர்ச்சியான ஹெச்ஐவி பராமரிப்பு வழிகாட்டு மாட்யூல், பாஸிட்டிவ் ஹெச்ஐவி சோதனை மற்றும் நோயாளி சிகிச்சைக்கு ஒப்புக்கொள்ளுதல் ஆகியவற்றோடு துவங்குகிறது. சில நோயாளிகள் ஹெச்ஐவி பாஸிட்டிவ் என்று சோதனையில் கண்டறியப்பட்டு சிறிது கால இடைவெளிக்குப் பிறகே சிகிச்சைக்காக மருத்துவமனைக்கு வருகின்றனர்.

தீவிர(Acute) மற்றும் தொடர்ச்சியான ஹெச்ஐவியால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கான பராமரிப்பு மற்றும் நோய்தடுப்பு

சுகாதார மையங்கள் மற்றும் மாவட்ட புறநோயாளிகள் மருத்துவமனைகளில் PLHA - விற்கு அளிக்கப்படும் முழுமையான பராமரிப்பை மேம்படுத்த சிறப்பான, சரியான மற்றும் தொடர்ச்சியான பராமரிப்பு மற்றும் தடுப்பு ஆகிய இரண்டு வசதிகளையும், வீடு மற்றும் சமூகத்தை அடிப்படையாகக் கொண்ட பராமரிப்பிற்கான இணைப்புகளையும் அத்தகைய சுகாதாரமையங்கள் கொண்டிருக்க வேண்டியது முக்கியமாகும்.

நீங்கள் உங்களுடைய மருத்துவமனை அல்லது உடல் நலமையத்தில் தற்போது வழங்கும் பராமரிப்பு குறித்து நினைத்துப் பாருங்கள். அது மிகவும் சரியானதா அல்லது தொடர்ச்சியானமானதா? நாம் வழங்கும் பெரும்பாலான பராமரிப்புகள் சரியானதாவே உள்ளன. சிறியவர்கள் மற்றும் பெரியவர்களுக்கு வழங்கும் பொதுவான உடல் நலப் பராமரிப்புகளை மேலாண்மை செய்வதும் சரியான பராமரிப்பில் உள்ளடங்கும். இவற்றுள் பொதுவான கிருமி தொற்றுகள், தோல், நரம்புகள் ரீதியிலான பிரச்சனைகள் மற்றும் மனநல பிரச்சனைகளும் உள்ளடங்கும். ஹெச்ஐவி தொற்று அதிகமாக ஏற்படும் நமது நாட்டில், ஹெச்ஐவி தொற்றினால் நோய் எதிர்ப்பு திறன் குறைபாட்டின் அடிப்படையில் ஏற்பட வாய்ப்புள்ள இத்தகைய சரியான வாய்ப்புள்ள தொடர்ச்சியான தொற்றுகள் அதிகரித்து வருகின்றன. ஹெச்ஐவி தொற்று தொடர்ச்சியான வியாதிகளை ஏற்படுத்துகிறது. ஆனால் நாம் தாக்கிய வியாதிகள் குறித்தே அதிக கவலை கொள்கிறோம். ஆனால் நாம் சரியான சிகிச்சையை மாத்திரமே வழங்கி வருகிறோம். நாம் இன்னும் சிறப்பான தொடர்ச்சியான பராமரிப்பு வழங்குவதில்லை.

ஏனெனில், பெரும்பாலான உடல்நல அமைப்புகள் சரியான பிரச்சனைகளை தீர்ப்பதற்காகவும் மற்றும் அவசர உடல்நலத் தேவைகள் மற்றும் சோதனைகள் செய்தல், குறியீடுகள் மற்றும் தீர்வுகள் தேவைப்படுபவைகளின் அடிப்படையிலேயே அவைகள் வடிவமைக்கப்படுகின்றன. சரியான பிரச்சனைகளுக்கான பராமரிப்பு என்பது தொடர்ச்சியான பிரச்சனைக்காக பராமரிப்பிலிருந்து வேறுபட்டதாகும்.

ஹெச்ஐவி உட்பட தொடர்ச்சியான நிலைகளை சிறப்பாக மேலாண்மை செய்வதாற்காக, உடல் நலப் பராமரிப்பானது வேறுபட்ட வழிமுறைகளின் வழியாக வெளிப்படுத்தப்பட வேண்டும். சரியான பராமரிப்பு என்பது மிகவும் முக்கியமாகும் (தொடர்ச்சியான பராமரிப்பு நிலைகளிலும் சரியான பராமரிப்பு தேவைப்படுகிறது), ஆனால் பராமரிப்பு என்பது நீண்ட காலகட்டத்திற்கு உடல்நலப் பிரச்சனைகளை சமாளிக்கும் திறன்' கொண்டதாக இருத்தல் வேண்டும்.

தொடர்ச்சியான பராமரிப்பின் பொதுவான கொள்கைகளுக்கான அறிமுகம்

சிறப்பான தொடர்ச்சியான பராமரிப்பு என்பது, நோயாளி அவரது தொடர்ச்சியான நிலை குறித்து அறிந்தும் மற்றும் புரிந்தும் வைத்திருப்பதோடு, அதை மேலாண்மை செய்வதற்கான திறனையும் பெற்றிருப்பதே ஆகும். ஹெச்ஐவி தொற்றுகள் மற்றும் எய்ட்ஸ் நிலைக்குச்செல்லும் நிலைகளை நோயாளி சுயஉடல் பராமரிப்பு (அவர்களது நிலையை அவர்களே கவனித்துக் கொள்ளுதல்) செய்வதற்கான திறனை வழங்குவதற்காக, அதிகப்படியான கற்றலும் மற்றும் ஆதரவும் தேவைப்படும். மருத்துவ குழு மற்றும் வீட்டிலுள்ள மற்றவர்கள் மற்றும் சமூகத்திலுள்ளவர்கள் ஆகியோர் உதவி புரிந்தாலும், பிரச்சனையை ்களே கவனித்துக் கொள்ளுவதற்கும் மற்றும் அவர்களது நம்பிக்கைக்குகந்தவர்களுடன் அவரது நிலையினை பகிர்ந்துகொள்ளவும் மற்றும் கூடுதல் உதவிகளை பெறவும் மற்றும் தொற்றினை தடுக்கவும், ஹெச்ஐவி தொற்றுடன் வாழ்வதற்கும் மற்றும் ப்ரோ.்.பிலாக்சிஸ் குறித்து புரிந்து கொள்வும் மற்றும் அதை உபயோகிக்கத் தெரியவும் ஏஆர்டி மற்றும் பிற சிகிச்சைகள் குறித்து அறிந்து கொள்ளவும் நோயாளி தெரிந்து வைத்திருப்பது முக்கியமாகும். இதற்கு அதிகப்படியான கற்றலும் மற்றும் ஆதரவும் தேவைபட்டாலும் நோயாளிகளுக்கான முடிவுகள் மிகவும் முக்கியமாகும்.

பின்வரும் முறைகள், ஹெச்ஐவி / எய்ட்ஸ் உட்பட பல வியாதிகள் அல்லது இடர்பாட்டு நிலைகளை மேலாண்மை புரிவதற்கு பயன்படுத்தப்படலாம். இப்பயிற்சி முழுவதும் நாம் அது குறித்து சிறிது சிறிதாக அறிந்து கொள்ளலாம். (இக்கையேட்டின் பல அத்தியாயங்களில் அவைகள் தோன்றும். சிறப்பான தொடர்ச்சியான பராமரிப்பின் பொதுவான கொள்கைகளுக்கான அறிமுகம் அத்தியாயம் பல நல்ல விவரணைகள் மற்றும் உதாரணங்களைக் கொண்டு 5 A - க்கள் குறித்து நீங்கள் கற்க உங்களுக்கு உதவும்):

1. உங்களுடைய நோயாளியின் சிகிச்சைக்காக அவருடன் ஒரு கூட்டுத்திட்டத்தை ஏற்படுத்திக் கொள்ளவும்
2. உங்களுடைய நோயாளியின் கவலைகள் மற்றும் கருத்துக்களை கூர்ந்து கவனித்து செயல்படவும்
3. 5ஏக்களை உபயோகிக்கவும் **— ASSESS** (மதிப்பிடல்)**, ADVISE (**ஆலோசனை)**, AGREE (**ஒத்துக்கொள்ளுதல்)**, ASSIST** (உதவி புரிதல்)**, ARRANGE** (ஏற்பாடு செய்தல்)
4. நோயாளிகளுக்கு அவர்கள் தங்களை முறையாக பராமரித்துக் கொள்ள உதவி புரியவும்
5. தொடர் கவனிப்புகளை ஒருங்கமைக்கவும்
6. உங்களுடைய உடல்நல மையத்தில், **"**நிபுணத்துவ நோயாளிகள்:, சக கல்வியாளர்கள் மற்றும் ஆதரவாளர்களையும் சேர்த்துக்கொள்வும்.
7. சமூகத்தில் இருக்கும் வளங்களையும் ஆதரவுகளையும் ஹெச்ஐவி தொற்றாளர்களுடன் இணைக்கவும்
8. எழுத்துத் தகவல் - பதிவேடுகள், சிகிச்சை திட்டம் மற்றும் சிகிச்சை அட்டைகள் - ஆவணப்படுத்தல், கண்காணித்தல் மற்றும் நினைவுறுத்தல் ஆகியவைகளை உபயோகப்படுத்தவும்.
9. மருத்துவ குழுவாக பணியாற்றவும்.
10. தொடர்ச்சியான பராமரிப்பை உறுதிப்படுத்தவும்

இதுபோன்ற பராமரிப்பை நோயாளிகள் பெற்றால் அவர்களது உடல்நிலை சிறப்பாக முன்னேற்றமடைகிறது என்று ஆய்வு முடிவுகளில் தெரியவந்துள்ளது.

பின்வரும் பிரிவுகளில் இக்கொள்கைகள் விவரிக்கப்படும்.

5Aக்கள் **—ASSESS** (மதிப்பிடல்)**, ADVISE (**ஆலோசனை)**, AGREE (**ஒத்துக்கொள்ளுதல்)**, ASSIST** (உதவி புரிதல்)**, ARRANGE** (ஏற்பாடு செய்தல்)

5Aக்கள் என்பது அனைத்து நோயாளிகளுக்கு ஆலோசனை தரும்பொழுது உபயோகப்படுத்தப்படும் படிகளின் தொகுப்பாகும். இந்த 5ஏக்களை மேற்கொள்ளும் சுதாதாரப் பணியாளராகள் / ஏஆர்டி உதவியாளர்களின் நோயாளிகள் மற்றவர்களை விட சிறப்பாக இருப்பதாக தெரிய வருகிறது.

மதிப்பிடல்**:** அவர்களது உடல்நிலை, குடும்பம் மற்றும் சூழ்நிலை குறித்து கேட்கப்படும் கேள்விகள்.

ஆலோசனை: நோய், ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை மற்றும் தடுப்பு குறித்து வழங்கப்பட்ட தகவல்கள்

ஏற்றுக்கொள்ளுதல் : ஏஆர்டி உதவியாளர் மற்றும் நோயாளியிடையே ஏற்படும் ஒப்பந்தங்கள்

உதவி புரிதல்: பிரச்சனைகளை சமாளிப்பது எப்படி என்பது குறித்து கலந்தாலோசனைகள்

ஏற்பாடு செய்தல் : மற்றொரு சந்திப்பு நேரத்தை ஏற்பாடு செய்தல், மேற்படி பரிந்துரை செய்தல், ஆணுறைகள் வழங்குதல் மற்றும் பதிவு செய்தல் போன்ற ஏஆர்டி உதவியாளர்களால் மேற்கொள்ளப்படும் பணிகள்.

இந்த 5ஏக்கள் ஏஆர்டி உதவியாளர் மேற்கொள்ளும் அதே கட்டமைப்பை கொண்டிருக்கிறது

மதிப்பிடல்**:** **"**இன்று நீங்கள் எது குறித்து கூற விரும்புகிறீர்கள்**"**
சந்திப்பிற்கு நோயாளி வந்திருப்பதன் காரணத்தை கண்டுபிடிக்கவும் அவர்களது உடல் நலம் மற்றும் கவலைகள் குறித்து கேட்கவும் நோயாளிக்கு இருக்கும் விவரம், அவரது நம்பிக்கை அல்லது பழக்க வழக்கங்கள் குறித்து பரிசோதிக்கவும்.

ஆலோசனை: **"**என்னிடம்....குறித்த சில தகவல்கள் உள்ளன. கேட்க விரும்புகிறீர்களா?**"**
தீர்வு போன்று இல்லாமல், அவர்களுயை நோய், அவர்கள் எடுக்கும் ஆபத்து நடவடிக்கைகள், சிகிச்சையின் பலன்கள், ஆரோக்கிய வாழ்க்கை போன்றவைகள் குறித்த சரியான தகவல்களை வழங்கவும்.

ஒத்துக்கொள்ளுதல்: **"**நாம் ஆலோசித்தவற்றில் எவற்றை நீங்கள் தேர்ந்தெடுக்கிறீர்கள்**"**
ஒவ்வொரு தேர்வின் சாதக, பாதக அம்சங்களை விளக்கி நோயாளிக்கு வேண்டியது என்னவென்று தேர்ந்தெடுக்க உதவி புரியவும். ஒவ்வொரு தேர்விலும் கேட்கப்பட்டவைகளிலிருந்து ஒன்றை தேர்ந்தெடுக்க அவர்களுக்கு உதவவும். முடிவு நோயாளியின் கட்டுப்பாட்டில் தான் இருக்க வேண்டும்

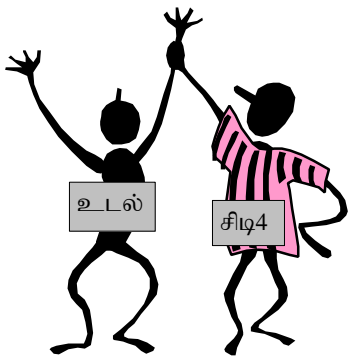
உதவி புரிதல்: **"**இந்த திட்டத்தை நீங்கள் பின்பற்றினால் எந்த பிரச்சனைகள் ஏற்படலாம்**"**
எழுத்து தகவல்கள் அல்லது கடைபிடித்தல் தொடர்பான சாதனங்களான பில் பெட்டிகள் அல்லது நாள்காட்டியை வழங்குதல். அவர்களது திட்டத்தை செயல்படும்போது ஏற்படும் சில பிரச்சனைகள் குறித்து நோயாளி கண்டுபிடிக்க உதவும். தேவையான ஆதரவு அல்லது குழு கூட்டக் கல்வித்தொடர் போன்ற ஆதரவுகளுக்கு பரிந்துரை செய்யவும்.

ஏற்பாடு செய்தல் **"**நான் உங்களது உடல்நலம் குறித்து அறிந்துகொள்ள உங்களை (வாய்ப்பிருந்தால் தேதிகளை குறிப்பிடவும்) அன்று சந்திக்க விரும்புகிறேன்
பின்வரும் சந்திப்புகள், குழு ஆதரவிற்கு இணைப்பை ஏற்படுத்தித்தருதல்.
சந்திப்புகளை எழுத்து வடிவில் தருதல். வருகையின் போது என்ன ஏற்பட்டது என்ற பதிவு.

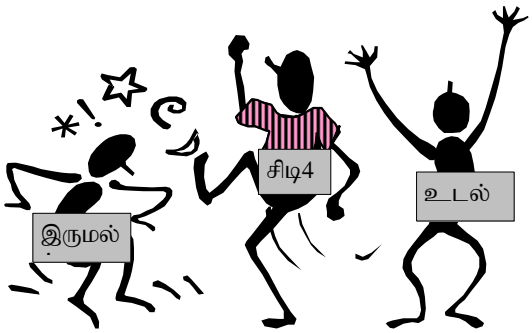
அத்தியாயம் 4: ஹெச்ஐவி / எய்ட்ஸ் மற்றும் சந்தர்ப்பவாத தொற்றுகளின் முகவுரை

ஹெச்ஐவி நம்முடைய உடல்நலத்தை எவ்வாறு தாக்குகிறது?

1. சிடி4 செல்கள் வெள்ளை இரத்த அணுக்கள் போன்றதாகும். சிடி4 நமது உடலின் நண்பனாகும்.

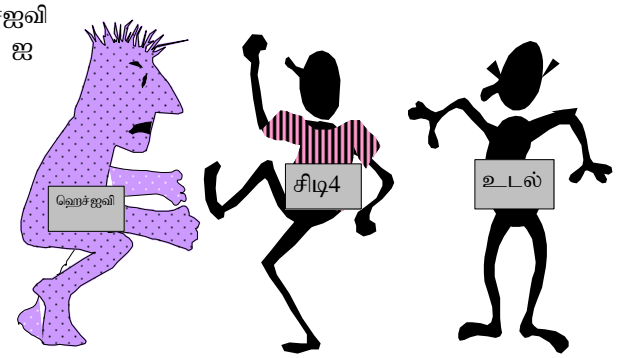


2. இருமல் போன்ற பிரச்சனைகள் நமது உடலினை தாக்க முயற்சிக்கும் போது, சிடி4 தனது நண்பனான உடலை அதிலிருந்து போரிட்டு காக்கிறது.



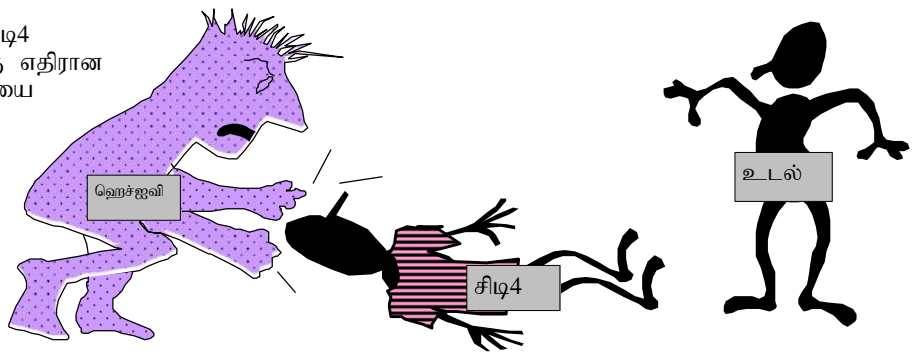
3.வயிற்றுப்போக்கு போன்ற பிரச்சனைகள் நமது உடலினை தாக்க முயற்சிக்கும் போதும், சிடி4 உடலை அதிலிருந்து காக்கிறது

4. இப்பொழுது, ஹெச்ஐவி நுழைந்து சிடி4 – ஐ தாக்குகிறது

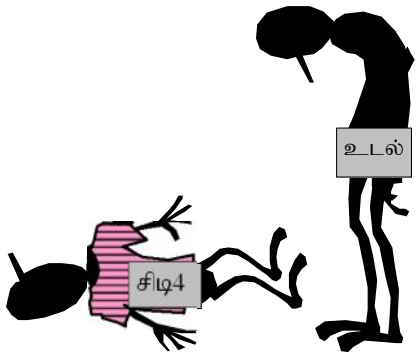


5. தன்னால் உடலினை ஹெஐவிக்கு எதிராகப் போராடி காக்க முடியாது என்பதை சிடி4 தெரிவிக்கிறது

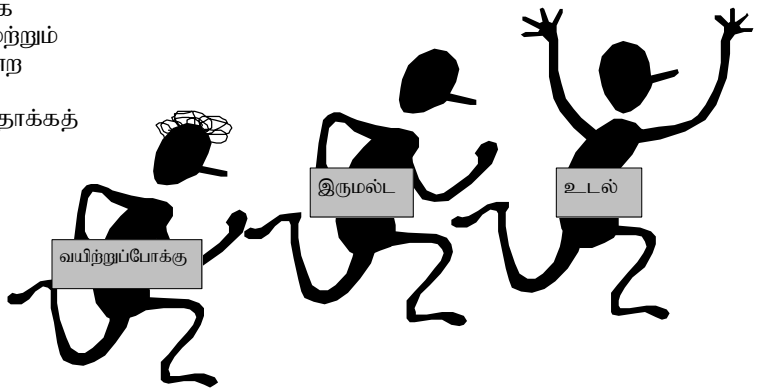
6. விரைவில், சிடி4 ஹெச்ஐவிக்கு எதிரான அதன் சக்தியை இழக்கிறது.



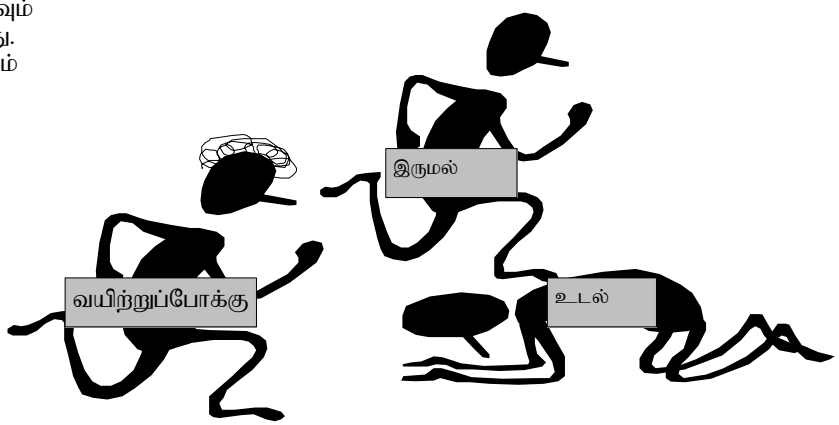
7. சிடி4 போராட்டத்தில் இறந்து விடுகிறது. உடல் பாதுகாப்பின்றி இருக்கிறது.



8. இப்பொழுது, உடல் பாதுகாப்பின்றி தனியாக இருக்கிறது. இருமல் மற்றும் வயிற்றுப்போக்கு போன்ற வியாதிகள் தற்போது சுலபமாக உடலினை தாக்கத் தொடங்குகிறது.



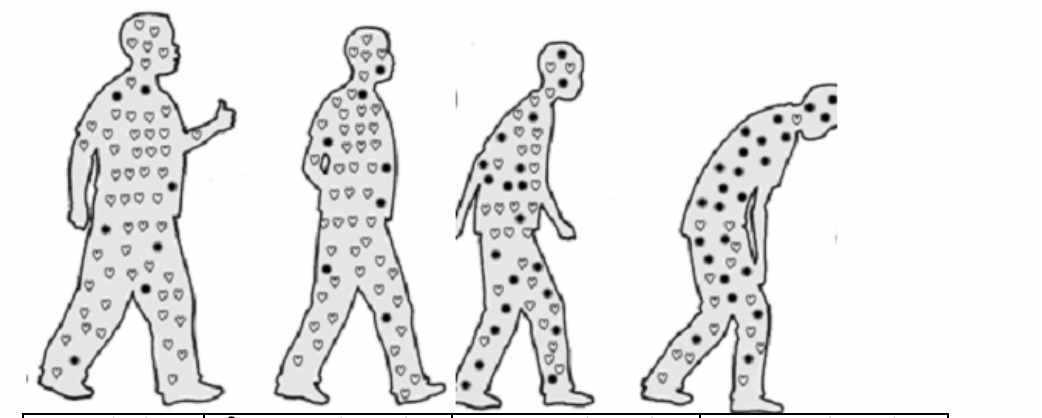
9. இறுதியில் உடல் மிகவும் வலிமையற்று போகிறது. அனைத்து வியாதிகளும் தற்போது மிகவும் சுலபமாக உடலினை தாக்குகிறது.



HIV / AIDS வளர்ச்சியடைதல்

<u>உண்மை</u>:♡ சிடி4 செல்கள்

- ஹெச்ஐவி



ஆரம்பம்: அறிகுறிகள் ஏதுமில்லை எடை இழப்பும் இல்லை	சில வருடங்களுக்கு பின்பு: குறைந்த அளவிலான எடை இழப்பு வாய்ப்புண்கள், அரிப்புகள், தோல் வியாதிகள்	பல வருடங்களுக்கு பின்பு: முக்கியமாக எடை இழப்பு, த்ரஷ், டிபி, காய்ச்சல்	10 வருடங்களுக்கு பின்பு: வேஸ்ட்டிங் சின்ட்ரோம், க்ரானிக் ஹெர்ப்ஸ் சிம்ப்ளெக்ஸ் அல்சரேஷன்ஸ், எக்ட்ராபல்மனரி டிபி

5 முதல் 10 வருடங்கள்

நாம் சில நோயாளிகளை பார்க்கலாம். பயிற்சி முழுவதும் அவர்களை பின்தொடருவோம்

சுஷ்மா ஒரு 22 வயது பெண்மணி

அவருடைய ஹெச்ஐவி நிலையை கூறியதன் காரணமாக அவரது கணவர் அவரை விட்டுச் சென்று விட்டார். இப்பொழுது அவர் தனியாக வசித்து வருகிறார்

தொடர்ச்சியான நடுக்காது தொற்றினைக் கொண்டுள்ள அவர் சிறிது எடையையும் இழந்து விட்டார். அதிக எடை அல்ல. அவருக்கு வேறு எந்த மருத்துவ குறியீடுகளோ இல்லை. சுஷ்மா தற்போது எந்த மருத்துவ நிலையில் உள்ளார்_____

மனிஷ் ஒரு 27 வயது ஆண். இதற்கு முன், அவர் வீதியில் வீட்டு உபயோக சாதனங்கள் சிலவற்றை விற்று வந்தார். ஆனால் தற்போது அவரது உடல்நிலை மிகவும் மோசமடைந்து இருப்பதனால், அவரால் பணிபுரிய முடியவில்லை.
அவரது உடல்நிலை தற்போது மிகவும் மோசமாக இருப்பதனால், அதிகப்படியான நேரம் அவர் படுக்கையிலேயே இருக்க வேண்டியுள்ளது. அவர் மிகவும் ஒல்லியாக இருப்பதோடு, பல மாதங்களாக அவருக்கு தொடர்ந்து ஜுரமும் உள்ளது. எய்ட்ஸ் இருப்பதனால், அவர் நீண்ட நாட்களாக வருத்தத்தில் உள்ளார். ஆனால், சிகிச்சை எடுத்துக்கொள்வதற்கான தைரியம் அவருக்கு இல்லை. இலவச ஏஆர்டி குறித்து கேள்விப்பட்ட பிறகு, இறுதியில் அவர் பரிசோதனை செய்து கொண்டார். அதில் அவருக்கு ஹெச்ஐவி பாஸிட்டிவ் உள்ளதென்று அறியப்பட்டுள்ளது.

மனிஷ் தற்போது எந்த மருத்துவ நிலையில் உள்ளார்?_____

குமார் ஒரு தொழிலதிபர். அவருக்கு 40 வயது ஆகிறது. அவருக்கு ஒரு அழகான வீடும் மற்றும் சொகுசு கார் ஒன்றும் உள்ளது. அவர் தற்போது மும்பையில் வசிக்கிறார். அவர் மனைவியை இழந்தவர். அவரது மனைவி இரண்டு வருடங்களுக்கு முன் இறந்து விட்டார். நான்கு வயதிலும் மற்றும் ஆறு வயதிலும் அவருக்கு நல்ல உடல் நிலையிலுள்ள இரண்டு குழந்தைகள் உள்ளன. அவர் ஒரு இளம் பெண்ணை புதிதாக திருமணம் செய்துகொண்டார்.

சமீபத்தில் அவருடைய எடை 75 – லிருந்து 73 – ஆக குறைந்தது. மேலும் அவரது கை மற்றும் கால்களில் அரிக்கும் புள்ளிகள் உள்ளன.

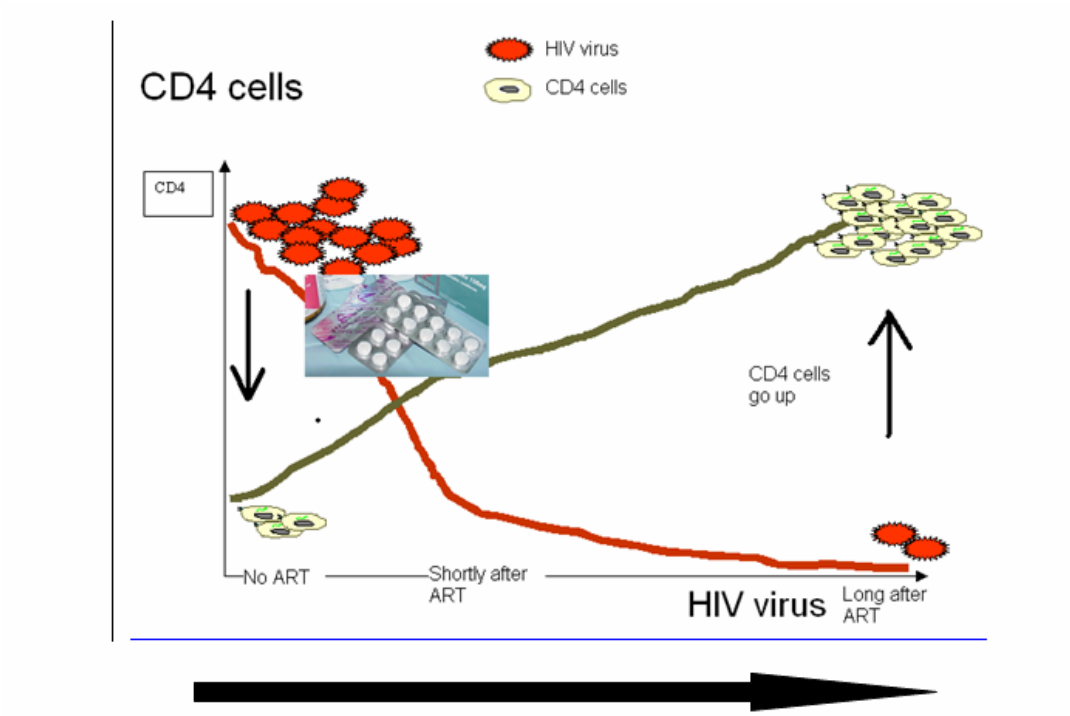
நீங்கள் குமாருக்கு எதை சிபாரிசு செய்வீர்கள்?

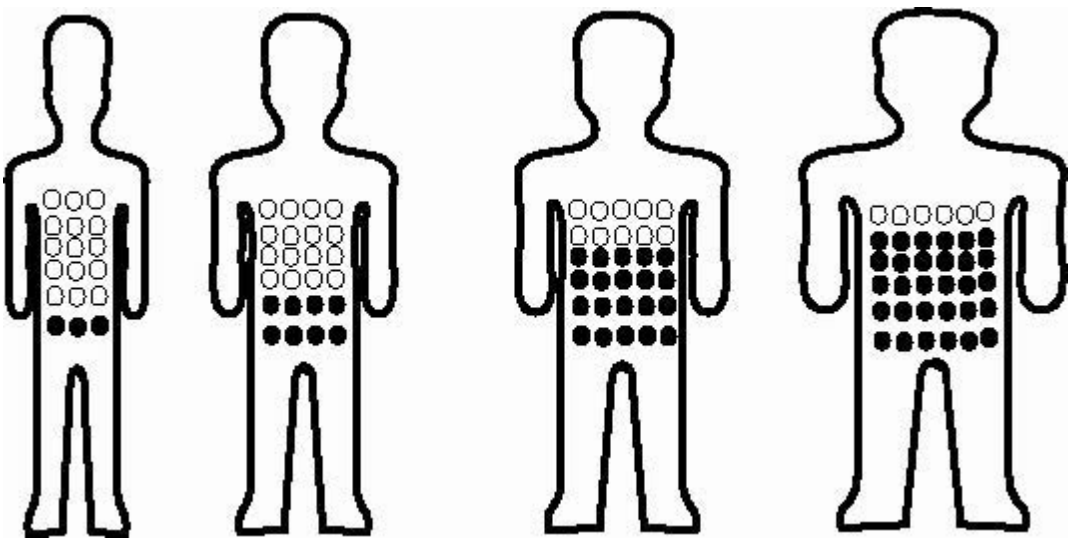
மருத்துவர்கள் அவரை ஹெச்ஐவி பரிசோதனை செய்து கொள்ளுமாறு கேட்டுக்கொண்டனர். பரிசோதனையில் அவரது ஹெச்ஐவி நிலை பாஸிட்டிவ் என்று அறியப்பட்டுள்ளது.

மருத்துவர் குமாரை இது குறித்து அவரது புதிய மனைவியிடம் பேசுமாறும் மற்றும் அவருடன் உடலுறவு கொள்ளும் போது ஆணுறை அணியுமாறும் கூறுகிறார். அவரது முதல் மனைவி இறந்தது எப்படி என்பது குறித்தும் மற்றும் அவரது புதிய மனைவியும் மற்றும் குழந்தைகளும் ஆரோக்கியமாக இருப்பினும் அவர்களை மருத்துவ பரிசோதனைக்கு உட்படுத்துவது குறித்து குமாரிடம் கேள்விகள் கேட்டார்.
குமார் தற்போது எந்த மருத்துவ நிலையில் உள்ளார்._____

அத்தியாயம் **5:** ஹெச்ஐவி மற்றும் ஆன்டிரெட்ரோவைரல் மருந்துகள்

மனித உடலில் ஏஆர்டி எவ்வாறு வேலை செய்கிறது?





ஹெச்ஐவி வைரஸ்
சிடி4 செல்கள்

அத்தியாயம் 7: மதிப்பிடல்

மார்பின் ஒரு பக்கத்தில் காயத்துடன் சுஷ்மா ஆலோசனைக்கு வருகிறார். அது மிகவும் வலியுடையதாக இருக்கிறது. இது இரண்டு நாட்களுக்கு முன் தோன்றியது.

அதே நேரத்தில், எதிர்காலத்தில் பிள்ளை பெற்றுக்கொள்ள வேண்டும் ஆனால், தற்போது இல்லை என்று நினைத்து, புதிய ஆண் ஒருவரை சந்திக்கிறார்.. அவர் வாய்வழி கற்பத்தடுப்பு முறையினை பின்பற்றுகிறார்.

உடல்நல மையத்திலுள்ள செவிலியரால் மனிஷ் ஆய்வுக்குட்படுத்தப்படுகிறார்.
அவர் மறுபடியும் அவரது தொடர்ச்சியான எடைகுறைதல் மற்றும் தொடர்ச்சியான ஜுரம் குறித்து தெரிவிக்கிறார். மேலும் அவர் கடந்த 3 வாரங்களாக தொடர்ச்சியான இருமலையும் கெண்டுள்ளார். கடந்த வாரம் பரிசோதனைக்காக செவிலியர் மூன்று முறை உமிழ் நீரை சோதனைகளை ஆய்வகத்திற்கு அனுப்பினார்.

அவருக்கு கைகள் மற்றும் கால்களில் சில அரிக்கும் புள்ளிகளும் மற்றும் வாயின் ஓரத்தில் சிறு புண்களும் உள்ளன. அவர் செவிலியரிடம் வாய்ப்பு இருப்பின் ஏஆர்டி இன்று கட்டாயம் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்று கூறுகிறார். இல்லையெனில் அவர் இறந்து விடுவார் என்றும் கூறுகிறார்.

குமார் இன்னும் அதிக எடையினை இழந்து விட்டார். அவரது ஆரோக்கிய எடையான 75 கிலோ தற்போது 66 கிலோவாக குறைந்து விட்டது. கைகள் மற்றும் கால்களிலுள்ள அரிக்கும் புள்ளிகளைத் தவிர அவருக்கு வேறு ஏதும் குறியீடுகளோ அல்லது அறிகுறிகளோ ஏற்படவில்லை. அவர் இருமுவதில்லை. அவர் தொடர்ந்து பணிபுரிகிறார். அவர் அருகிலுள்ள ஏஆர்டி மையத்திற்குச் சென்று சிடி4 பரிசோதனை மேற்கொண்டார். அதன் முடிவு 150 cells/mm³ ஆகும்.

பயிற்சி 7-1

நம்முடைய மூன்று நோயாளிகளும் சிகிச்சைக்காக இன்னும் மருத்துவமனையில்தான் உள்ளனர். அவர்களது கதையை மறுபடியும் படித்து பின்வரும் கேள்விகளுக்கு விடையளிக்கவும்.

சுஷ்மாவிற்கு:

கடந்த வருகையின் போது அவர் எந்த மருத்துவ நிலையிலிருந்தார் (அத்தியாயம் 2 செல்லவும்)?
_____

இந்த வருகையின் போது அவர் எந்த மருத்துவ நிலையில் இருக்கிறார்?_____

மிகவும் வலியினை ஏற்படுத்தும் காயங்களுக்கான சில சிகிச்சைகள் சுஷ்மாவிற்கு தேவை படுகின்றது.

நீங்களோ அல்லது மருத்துவரோ அவருக்கு என்ன தருவீர்கள்?
_____

அவரது புதிய இணையை பொருத்த வரையில் என்ன கேள்விகள் அல்லது ஆலோசனைகள் தேவைப்படுகின்றது?

மனீஷிற்கு, மருத்துவர் டிபி உமிழ் நீர் பதிவேட்டினை சோதிக்கிறார். கடந்த வாரம் அனுப்பப்பட்ட அத்தனை உமிழ்நீர் பரிசோதனைகளும் நெகடிவ் ஆகும். ஜுரத்திற்கான காரணத்தை கண்டறிய அவர் மலேரியா இரத்தப் பரிசோதனையும் மேற்கொண்டார். ஆனால் அதுவும் நெகடிவ்.

அவர் இதற்கு மேல் என்ன செய்ய வேண்டும்.

என்ன செய்ய வேண்டும் என்று குமார் செவிலியரிடம் ஆலோசனை கோருகிறார்.

நீங்கள் குமாருக்கு எப்படி ஆலோசனை கூறுவீர்கள்?

என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதற்கான விடையுடைய பகுதி எந்த அத்தியாயத்தில் உள்ளது?

அத்தியாயம் 9: ப்ரோ.்பிலாக்சிஸ்

நிமோனியாவுடன் சுஷ்மா கடந்த வாரம் மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்டார். அவர் தற்போது நலமாக இருந்தாலும் மீண்டும் ஜுரம் வரும் என கவலைக்கொண்டுள்ளார். செவிலியர் சுஷ்மா உடன் கான்ட்ரிமாக்ஸாஜோல் ப்ரோ.்பிலாக்சிஸ் குறித்து பேசுகிறார். செவிலியர் சுஷ்மாவிடம் சல்.்பாடோக்ஸின் - பிரிமெதாமின் (.்பன்சிடார்) அல்லது கான்ட்ரிமாக்ஸாஜோல் ஒவ்வாமை குறித்து கேட்கிறார். ஆனால் சுஷ்மாவிற்கு இரண்டிலும் எப்பொழுதும் அலர்ஜி எற்படவில்லை என்று தெரிய வருகிறது.

ஒவ்வொரு நாளும் இரண்டு மாத்திரைகள் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்று செவிலியர் சுஷ்மாவிடம் கூறுகிறார். மேலும் அவர் அது தொடர்ச்சியான நுரையீரல் தொற்றுகள், குறிப்பிட்ட சில வகை தொடர்ச்சியான வயிற்றுப்போக்குகள் மற்றும் உடலின் ஒரு பக்கத்தில் சக்தியின்றி இருப்பது அல்லது பக்கவாதத்தை ஏற்படுத்தும் ஒரு குறிப்பிட்ட மூளை பாதிப்பு ஆகியவைகள் ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்புகளை அது குறைக்கும் என்று கூறுகிறார்.

கான்ட்ரிமாக்ஸாஜோல் ப்ரோ.்பிலாக்சிஸ் இல்லாத மருத்துவமனை ஒன்றிற்கு மனிஷ் செல்கிறார் – தேவையான பொருட்களை அவர்கள் கொண்டிருக்கவில்லை.

குமார் 3 – ஆம் நிலையில் இருப்பதோடு, ஜுரம் ஏற்படுவது குறித்து அதிக கவலை கொண்டுள்ளார்.

ப்ரோ.்பிலாக்சிஸ் குமாருக்குத் தேவையா?

குமார் மருத்துவரிடம் பல கேள்விகளைக் கேட்கிறார். “ப்ரோ.்பிலாக்சிஸ்ஸிற்கான காட்ரிமாக்ஸாஜோலின் டோஸ் என்ன?” மற்றும் “காட்ரிமாக்ஸாஜோல் ப்ரோ.்பிலாக்சிஸ் என்ன செய்யும்?”

நீங்கள் என்ன பதிலளிக்க வேண்டும்?

பயிற்சி: கான்ட்ரிமாக்ஸாஜோல் டிரில்

1. OIs என்றால் என்ன?

2. ப்ரோ.ஃபிலாக்சிஸ் என்றால் என்ன?

3. CTX ப்ரோ.ஃபிலாக்சிஸ் - ன் பலன்கள் என்ன?

4. CTX ப்ரோ.ஃபிலாக்சிஸ் யார் எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும்?

5. CTX ப்ரோ.ஃபிலாக்சிஸ் எவ்வாறு எடுத்துக்கொள்ளப்படவேண்டும்?

6. CTX ப்ரோ.ஃபிலாக்சிஸ் எவ்வளவு காலம் எடுத்துக்கொள்ளப்படவேண்டும்?

7. CTX - ன் பக்க விளைவுகள் என்ன?

அத்தியாயம் 10: பழக்கப்படுதல் தயார் செய்தல்

அடிக்கடி வெள்ளை புள்ளிகள் சுஷ்மாவின் வாயில் ஏற்பட ஆரம்பிக்கிறது.

சுஷ்மாவின் வாயில் ஏற்படும் இந்த வெள்ளை புள்ளிகளுக்கு நீங்களோ அல்லது மருத்துவரோ எத்தகைய சிகிச்சையை வழங்குவீர்கள். சிகிச்சை குறித்து எங்கு அறிவீர்கள்? சுஷ்மா தற்போது எந்த நிலையிலுள்ளார்?

ஒவ்வொரு முறையும் மருத்துவர் வெள்ளை புள்ளிகளுக்கு நிஸ்டாடின் கொண்டு சிகிச்சையளித்தார். ஆனால் சுஷ்மாவிற்கு அது மீண்டும் மீண்டும் எற்படுகிறது.

செவிலியர் ஏஆர்டி குறித்து சுஷ்மாவுடன் கலந்தாலோசிக்க ஆரம்பிக்கிறார்.

ஏஆர்டி குறித்து முதல் தயார் செய்தலில் நீங்கள் எதை குறித்து கலந்தாலோசிப்பீர்?

ஒரு மாதம் கழித்து, மனிஷ் மருத்துவமனையிலிருந்து வீடு திரும்பகிறார். அவர் இன்னும் சோர்வாக மற்றும் ஒல்லியாகவே இருந்தாலும் முன்பை விட சிறப்பாகவும் மற்றும் எடை கூடியும் உள்ளார். அவரது மீள்பார்வை கடிதம் அவருக்கு பரவும் தன்மையுடைய டிபி இருப்பதாக தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது. டிபி சிகிச்சை மற்றும் கான்ட்ரிமாக்ஸாஜோல் ப்ரோ.்.பிலான்சிஸ், உடல் அரிப்பிற்காக, க்ளோர்பெனிராமைன்னும் எடுத்துக்கொள்கிறர்.

செவிலியர் ஏஆர்டி குறித்து மனீஷுடன் கலந்தாலோசிக்க ஆரம்பிக்கிறார்.

ஏஆர்டி குறித்து முதல் தயார் செய்தலில் நீங்கள் எதை குறித்து கலந்தாலோசிப்பீர்?

(ஏஆர்டி தயார் செய்தல் பயிற்சிக்காக செவிலியர் குமாரை அழைத்துள்ளார் (அவரது சிடி4 எண்ணிக்கை 150, அவர் மருத்துவ நிலை 3 – ல் இருக்கிறார்))

ஏஆர்டி குறித்து குமார் ஏற்கனவே அறிந்துள்ளதை அவர் மதிப்பிடுகிறார். குமாருடைய சில நண்பர்கள் ஏஆர்டியில் இருப்பதால் அவருக்கு ஏஅர்டி குறித்து கொஞ்சம் தெரியும்.

இருப்பினும், அவரது நண்பர்கள் வழியாக அவர் பெற்ற சில தகவல்கள் சரி இல்லாததாகும். செவிலியர் அத்தகைய தவறான எண்ணங்கள் குறித்து விளக்கமளிப்பதோடு, கூடுதலாக சில தகவல்களையும் குமாருக்கு அவர் வழங்குகிறார்.

குமார் சிகிச்சை பெற விரும்புவதையும் மற்றும் அதற்காக அவர் வாழ்வில் பழக்கப்படுத்துவதற்கான தயார் செய்யும் நடவடிக்கைகளில் ஈடுபடுவதையும் உறுதி செய்து கொள்கிறார். ஒரே நேரத்தில் அவர் அனைத்து தகவல்களையும் வழங்கிவிடவில்லை. ஆனால், மற்றுமொரு வருகைக்காக தேதிகளை அவர் திட்டமிட்டுக்கொண்டார்.

பயிற்சி: பொதுவான கேள்விகள்

நோயாளி பின்வரும் கேள்விகளை கேட்டால் உங்களது பதில் என்ன?

"ஒரு நாளைக்கு இரண்டு மாத்திரைகளை குறிப்பிட்ட நேரத்தில் வாழ்நாள் முழுவதும் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்பதை எவ்வாறு நான் நினைவில் நிறுத்திக்கொள்ள முடியும்? **"**

_____

_____

_____

_____

"வியாதி சரியாகாத பட்சத்தில் இப்படிப்பட்ட சிக்கல் வாய்ந்த சிகிச்சையை நான் ஏன் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்?**"**

_____

_____

_____

_____

"சில நாட்கள் நான் மருந்துகள் எடுத்துக்கொள்ளாமல் வெளியே சென்று விட்டால் என்ன ஆகும்?**"**

_____

_____

_____

_____

"என்னுடைய மனைவி ஹெச்ஐவி பாஸிட்டிவ். அவர்கள் ஏஆர்டியில் இல்லை. நான் எப்படி அதை எடுத்துக்கொள்ள முடியும்?**"**

_____

_____

_____

_____

"நீங்கள் கூறும் பக்க விளைவுகள் என்னை கவலைப்பட வைக்கின்றன. என்னை மோசமாக உணர வைக்கும் அத்தகைய மருந்துகளை நான் எப்படி எடுத்துக்கொள்வது?**"**

_____

_____

_____

“நான் ஏஆர்டி எடுத்துக்கொள்வதை பிறர் பார்த்துவிட்டால் நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?**”**

_____

_____

_____

_____

“நான் மருத்துவமனைக்கு வந்து மருந்துகள் வாங்குவதை பிறர் பார்த்துவிட்டால் நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?**”**

_____

_____

_____

_____

“இங்கிலாந்து நாட்டில் ஏஆர்டி இவ்வளவு சிக்கல் வாய்ந்ததாக இல்லை என்று நான் கேள்விப்பட்டிருக்கிறேன். அவர்கள் வாரத்திற்கு ஒரு மாத்திரை தருகிறார்கள். நீங்கள் ஏன் ஒரு நாளைக்கு இரண்டு மாத்திரைகள் தருகிறீர்கள்?**"**

_____

_____

_____

_____

“நான் ஹெச்ஐவி பாஸிட்டிவ் என்று ஒருவரிடமாவது சொல்ல வேண்டும் என்று கூறுகிறீர்கள். பிறரிடம் கூறுவது குறித்த எண்ணத்தை நான் மாற்றிவிட்டேன். எனக்கு ஆதரவளிக்க யாரும் வேண்டாம் என்னை நானே பார்த்துக்கொள்வேன்.**”**

_____

_____

_____

_____

“என்னுடைய சிகிச்சை ஆதரவாளரான மனைவிக்கு மூன்று குழந்தைகள் இருப்பதாலும் அதிலும் ஒன்று உடல் நலம் இன்றி இருப்பதாலும் உங்களை வந்து பார்க்க அவருக்கு நேரமில்லை**”**

_____

_____

_____

_____

அத்தியாயம் 11: நான்கு முதல் நிலை ஏஆர்வி திட்ட முறைகள்

ஹெச்ஐவி / எய்ட்ஸ், ஏஆர்டி மற்றும் தொடந்து சிகிச்சை பெறுதல் குறித்து பேசப்பட்ட பல சந்திப்புகளுக்கு சுஷ்மா வருகை புரிந்துள்ளார். அவர் எப்பொழுதும் சந்திப்பிற்கு நேரம் தவறாது வருகை புரிவதோடு, அவரது காண்ட்ரிமாக்ஸாஜோலையும் சரியாக எடுத்துக்கொள்கிறார். அவருக்கு ஒரு சிகிச்சை ஆதரவாளரும் (ஒரு அண்டை வீட்டார்) உள்ளார். ஏஆர்டி எடுத்துக்கொள்ள அவர் தயார் என்று செவிலியர் / ஆலோசகர்கள் மற்றும் சுஷ்மா ஆகியோர் எண்ணுகின்றனர்.

செவிலியர் / ஆலோசகர்கள் மனீஷுடன் பல தயாரிப்பு சந்திப்புகளை மேற்கொண்டனர். நிலையாகவும் மற்றும் தயாராகும் வரை ஏஆர்டியுடன் மனீஷை காத்திருக்க வைப்பது என்பது மிகவும் கடினமான ஒன்றாக இருந்தாலும் செவிலியர் / ஆலோசகர்கள் அதை சமாளித்துவிட்டனர்.

அவரது உடல் எடை அதிகரித்துள்ளது. ஜுரம் மற்றும் இருமல் முற்றிலும் நீங்கிவிட்டது. டிபி – ன் முதல் இரண்டு மாத சிகிச்சையை அவர் முடித்து விட்டார். கைகளில் இருக்கும் அரிப்பு ஏற்படுத்தும் தழும்புகள் மற்றும் தாடையில் ஏற்பட்டுள்ள பள்ளம் ஆகியவைகள் இன்னும் மறையவில்லை.

மனீஷை மதிப்பிட்ட ஏஆர்டி மருத்துவ அலுவலர் டிபி சிகிச்சை மற்றும் ஏஆர்டிக் சிகிச்சைகளுடன் துணை சிகிச்சையையும் ஆரம்பிக்க வேண்டுமென்று முடிவு செய்துள்ளார். அந்த மருத்துவ அலுவலர் AZT-3TC-EFV – ஐ பரிந்துரை செய்துள்ளார்.

குமாரின் குறைந்த அளவு ஏஅர்டி – ன் காரணமாக, குமார் ஏஆர்டி எடுத்துக்கொள்வதற்கான தகுதி பெற்றுள்ளார் என்று முடிவு செய்யப்பட்டுள்ளது. குமார் 7 தேவைப்பாடுகளை பூர்த்தி செய்கிறார்.

மருத்துவ அலுவலர் d4T-3TC-NVP– ஐ பரிந்துரை செய்துள்ளார். மேலும் அவர் மூன்று மருந்துகளை உடைய முதல் மாத்திரையை காலையிலும் மற்றும் மாலையில் ஒரு தனி மாத்திரையையும் முதல் இரண்டு வாரங்களுக்கு மட்டும் போடச் சொன்னார்.

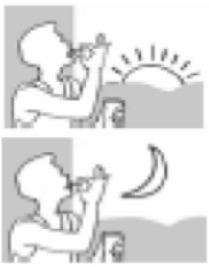
தகவல்கள் குமாருக்குப் புரிந்ததை உறுதி செய்து கொள்ள அவர் குமாரை கூறியதை திரும்பக் கூறுமாறு கேட்டார்.
தற்போது ஏஅர்டியில் இருப்பதால், காட்ரிமாக்ஸாஜோல் ப்ரோ˙பிலாக்ஸிஸ் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டுமா என்று குமார் கேட்டார்.

நீங்கள் குமாரிடம் என்ன கூறுவீர்கள்?

200 செல்கள் / mm^3 - க்கும் அதிகமாக சிடி4 எண்ணிக்கை அதிகரிக்கும் வரை குறைந்த பட்சம் ஆறு மாதங்களுக்கு காட்ரிமாக்ஸாஜோலை தொடர வேண்டுமென்று மருத்துவர் அறிவுறுத்தினார்.

தற்போது நீங்கள் ஏஆர்டியில் இருக்கிறீர்கள்

d4T-3TC-NVP		
stavudine	lamivudine	nevirapine



1 முதல் 14 நாட்கள்	15 ஆம் நாளிலிருந்து
காலை: d4T - 3TC - NVP (ஒன்றிணைக்கப்பட்ட மாத்திரை)	காலை: d4T - 3TC - NVP (ஒன்றிணைக்கப்பட்ட மாத்திரை)
மாலை: d4T - 3TC (ஒன்றிணைக்கப்பட்ட மாத்திரை)	மாலை: d4T - 3TC - NVP (ஒன்றிணைக்கப்பட்ட மாத்திரை)

நினைவில் நிறுத்தவும்:

- நீங்கள் ஒரு டோஸை தவறவிட்டால் (மாதத்திற்கு 3 டோஸை தவறவிட்டாலும்) மருந்துகள் எதிர்ப்பு தன்மை உண்டாகும். இது உங்களுக்கும், உங்களது சமூகத்திற்கும் கெடுதலாகும். (இந்த மருந்துகள் வேலை செய்வதை நிறுத்தி விடும்)
- மருந்துகள் ஒரு நாளைக்கு இரண்டு முறை கட்டாயம் எடுத்துக்கொள்ளப்படவேண்டும். ஒரு டோஸையும் தவறவிடக்கூடாது. இது இரத்தத்தில் மருந்து அளவுகளை பராமரிக்க மிகவும் முக்கியமாகும். அப்பொழுதுதான் ஏஆர்டி அதன் பணியை செய்யும்.
- நீங்கள் ஒரு டோஸை மறந்துவிட்டால், இரண்டு டோஸாக எடுத்துக்கொள்ளக்கூடாது.
- நீங்கள் எடுத்துக்கொள்வதை நிறுத்தினால், சில மாதங்கள் அல்லது வருடங்களில் நோய்வாய்ப்பட்டு விடுவீர்கள்.
- மருந்துகளை குடும்பத்தினரிடமோ அல்லது நண்பர்களிடமோ பகிர்ந்துகொள்ளக்கூடாது.
- உங்கள் மருந்தை தினசரி 2 வேளை எடுத்துக்கொள்வதில் பிரச்சனை இருப்பின் சுகாதார நலப்பணியாளரை கலந்து ஆலோசிக்கவும். உங்களது சிகிச்சை ஆதரவாளர், குடும்பம் அல்லது நண்பர்களுடைய ஆதரவை கேட்கவும்.
- நீட்டமிடப்பட்ட நேரத்தில் மருந்துகளை பெற்றுக்கொள்வது மிகவும் முக்கியமாகும்.

பக்க விளைவுகள் பொதுவானதாகும்: சாதாரணமாக அவை 2-3 வாரங்களுக்குள் சரியாகி விடும்.

உங்களுக்கு இவைகள் இருப்பின்	இவைகளைச் செய்யவும்
குமட்டல்	மாத்திரையை உணவுடன் உட்கொள்ளவும்
வயிற்றுப்போக்கு	தொடர்ந்து சாப்பிடவும் அல்லது அதிகமாக தண்ணீரை குடிக்கவும்

குமட்டலோ அல்லது வயிற்றுப்போக்கோ தொடர்ந்து ஏற்பட்டாலோ அல்லது அதிகமானாலோ அல்லது பின்வருவனவைகளுள் ஏதேனும் ஏற்பட்டாலோ அடுத்த சந்திப்பில் உங்களது சுகாதார நலப்பணியாளரிடம் மறக்காமல் கூறவும்.

- தொடர்ச்சியான வாந்தி
- கூச்சம், மரத்துப்போதல் அல்லது பாதங்களில் அல்லது கால்களில் அல்லது கைகளில் வலி
- கைகள், கால்கள், புட்டம் அல்லது தாடை மெலிந்து போகுதல்
- மார்பகம், தொப்பை, கழுத்தின் பின்பகுதி குண்டாகலாம்

பின்வருபவைகள் இருப்பின் உடனடியாக மருத்துவரை அணுகவும்:

- கடுமையான வயிற்று வலி
- மஞ்சள் நிற கண்கள்
- தோலில் தடிப்புகள்
- களைப்பு அல்லது மூச்சு விட சிரமம்

ஏஆர்டி ஹெச்ஜவியை குணப்படுத்தாது : ஏஆர்டியிலிருந்தாலும் பாதுகாப்பான உடலுறவு மிகவும் முக்கியமாகும்

ஹெச்ஜவியை பெறுதல் மற்றும் பரப்புதலை தடுக்கும் ஒரே பாதுகாப்பான வழி உடலுறவில் ஈடுபடாமல் இருப்பதுதான்.

நீங்கள் குழந்தை பெற்றுக்கொள்ள விரும்பினால், ஹெச்ஜவியை குழந்தைக்கு பரவும் வாய்ப்பை குறைக்க, கர்ப்பமாவதற்கு முன் சுகாதாரப் பணியாளருடன் பேசவும்

உங்களையும் மற்றவரையும் பாதுகாப்பதை தொடருங்கள். நீங்கள் உடலுறவு கொள்ளும் ஒவ்வொரு முறையும் தவறாமல் ஆணுறையை அணியவும். உங்களது இணையாளி குறித்து எப்பொழுதும் விழிப்பாக இருங்கள்.

பாதுகாப்பான உடலுறவு உங்களை மற்றுமொரு ஹெச்ஜவி தொற்றிலிருந்து காக்கிறது. மற்றொரு வகையிலான ஹெச்ஜவியினால் நீங்கள் மறுபடியும் பாதிக்கப்பட்டால் உங்களுடைய எதிர்ப்பு சக்தி மிகவும் குறையும்.

குடும்பக் கட்டுப்பாடு

உங்களுக்கு குழந்தை பெற்றுக்கொள்ள விருப்பமில்லை என்றால் குடும்பக்கட்டுப்பாடு குறித்து சுகாதாரப் பணியாளரிடம் பேசவும்

பின்வரும் ஏதாவதொரு நிலையில் பிறக்கும் குழந்தைக்கு ஹெச்ஜவி நோய் பரவும்

கர்ப்பம்

பிரசவம்

பால்புகட்டுதல்

மற்றவைகளை காட்டிலும் சில ஏஆர்டி மருந்துகள் கர்ப்பத்தின் போது உபயோகப்படுத்தப்பட பாதுகாப்பானதாகும்

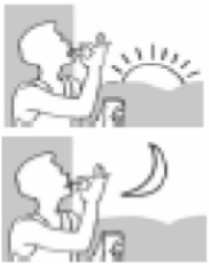
பிளம்டிசிடி – ஐ உபயோகப்படுத்தவும்

சில ஏஆர்டி மருந்துகள் கர்ப்பத்தின் போது உபயோகப்படுத்தப்பட பாதுகாப்பானதாகும். உங்களுடைய சுகாதாரப் பணியாளரிடம் எந்த வகையான ஏஆர்டி மருந்துகள் உபயோகப்படுத்தப்பட வேண்டும் என்று கேட்கவும். நீங்கள் கர்ப்பமாக இருந்தாலோ அல்லது பிள்ளை பெற்றுக்கொள்ள விரும்பினாலோ இப்பொழுதே அவரிடம் அது குறித்து பேசவும்

தற்போது நீங்கள் ஏஆர்டியில் இருக்கிறீர்கள்

AZT - 3TC - NVP		
zidovudine	lamivudine	nevirapine

இப்பிரிவை ஒவ்வொரு மருந்துகள் அட்டவணைக்கும் மாற்றவும்



1 முதல் 14 நாட்கள்	15 ஆம் நாளிலிருந்து
காலை: AZT – 3TC - NVP (ஒன்றிணைக்கப்பட்ட மாத்திரை)	காலை: AZT – 3TC - NVP (ஒன்றிணைக்கப்பட்ட மாத்திரை)
மாலை: AZT – 3TC (ஒன்றிணைக்கப்பட்ட மாத்திரை)	மாலை: AZT – 3TC - NVP (ஒன்றிணைக்கப்பட்ட மாத்திரை)

நினைவில் நிறுத்தவும்:

- நீங்கள் ஒரு டோஸை தவறவிட்டால் (மாதத்திற்கு 3 டோஸை தவறவிட்டாலும்) மருந்துகள் எதிர்ப்பு தன்மை உண்டாகும். இது உங்களுக்கும் உங்களது சமூகத்திற்கும் கெடுதலாகும். (இந்த மருந்துகள் வேலை செய்வதை நிறுத்தி விடும்)
- மருந்துகள் ஒரு நாளைக்கு இரண்டு முறை கட்டாயம் எடுத்துக்கொள்ளப்படவேண்டும். ஒரு டோஸையும் தவறவிடக்கூடாது. இது இரத்த அளவுகளை பராமரிக்க மிகவும் முக்கியமாகும். அப்பொழுதுதான் ஏஆர்டி அதன் பணியை செய்யும்.
- நீங்கள் ஒரு டோஸை மறந்துவிட்டால், இரண்டு டோஸாக எடுத்துக்கொள்ளக்கூடாது.
- நீங்கள் எடுத்துக்கொள்வதை நிறுத்தினால், சில மாதங்கள் அல்லது வருடங்களில் நோய்வாய்ப்பட்டு விடுவீர்கள்.
- மருந்துகளை குடும்பத்தினரிடமோ அல்லது நண்பர்களிடமோ பகிர்ந்துகொள்ளக்கூடாது.
- உங்கள் மருந்தை தினசரி 2 வேளை எடுத்துக்கொள்வதில் பிரச்சனை இருப்பின் சுகாதார நலப்பணியாளரை கலந்து ஆலோசிக்கவும். உங்களது சிகிச்சை ஆதரவாளர், குடும்பம் அல்லது நண்பர்களுடைய ஆதரவை கேட்கவும்.
- திட்டமிடப்பட்ட தேதியில் மருந்துகளை பெறுகிகொள்வது மிகவும் முக்கியமாகும்.

பக்க விளைவுகள் பொதுவானதாகும்: சாதாரணமாக அவை 2-3 வாரங்களுக்குள் சரியாகி விடும்.

உங்களுக்கு பின்வருபவை இருப்பின்	பின்வருபவைகளை மேற்கொள்ளவும்
குமட்டல்	மாத்திரையை உணவுடன் உட்கொள்ளவும்
வயிற்றுப்போக்கு	தொடர்ந்து சாப்பிடவும் அல்லது அதிகமாக தண்ணீரை குடிக்கவும்
தசைவலி, களைப்பு	இது தானாகவே சரியாகிவிடும்

குமட்டலோ அல்லது வயிற்றுப்போக்கோ தொடர்ந்து ஏற்பட்டாலோ அல்லது அதிகமானாலோ அல்லது பின்வருபவைகளுள் ஏதேனும் ஏற்பட்டாலோ அடுத்த சந்திப்பில் உங்களது சுகாதார நலப்பணியாளரிடம் மறக்காமல் கூறவும்.

பின்வருபவைகள் இருப்பின் உடனடியாக மருத்துவரை அணுகவும்:

- வெளுத்த அல்லது தேவையான இரத்தம் இல்லாத நிலை
- மஞ்சள் நிற கண்கள்
- தோலில் தடிப்புகள்

ஏஆர்டி ஹெச்ஜவியை குணப்படுத்தாது : ஏஆர்டியிலிருந்தாலும் பாதுகாப்பான உடலுறவு மிகவும் முக்கியமாகும்

ஹெச்ஜவியை பெறுதல் மற்றும் பரப்புதலை தடுக்கும் ஒரே பாதுகாப்பான வழி உடலுறவில் ஈடுபடாமல் இருப்பதுதான்.

நீங்கள் குழந்தை பெற்றுக்கொள்ள விரும்பினால், ஹெச்ஜவியை குழந்தைக்கு பரவும் வாய்ப்பை குறைக்க, கர்ப்பமாவதற்கு முன் சுகாதாரப் பணியாளருடன் பேசவும்

உங்களையும் மற்றவரையும் பாதுக்காப்பதை தொடருங்கள். நீங்கள் உடலுறவு கொள்ளும் ஒவ்வொரு முறையும் தவறாமல் ஆணுறையை அணியவும். உங்களது இணையாளி குறித்து எப்பொழுதும் விழிப்பாக இருங்கள்.

பாதுகாப்பான உடலுறவு உங்களை மற்றுமொரு ஹெச்ஜவி தொற்றிலிருந்து காக்கிறது. மற்றொரு வகையிலான ஹெச்ஜவியினால் நீங்கள் மறுபடியும் பாதிக்கப்பட்டால் உங்களுடைய எதிர்ப்பு சக்தி மிகவும் குறையும்.

குடும்பக் கட்டுப்பாடு

உங்களுக்கு குழந்தை பெற்றுக்கொள்ள விருப்பமில்லை என்றால் குடும்பக்கட்டுப்பாடு குறித்து சுகாதாரப் பணியாளரிடம் பேசவும்

பின்வரும் ஏதாவதொரு நிலையில் பிறக்கும் குழந்தைக்கு ஹெச்ஜவி நோய் பரவும்

கர்ப்பம்

பிரசவம்

பால்புகட்டுதல்

மற்றவைகளை காட்டிலும் சில ஏஆர்டி மருந்துகள் கர்ப்பத்தின் போது உபயோகப்படுத்தப்பட பாதுகாப்பானதாகும்

பிளம்டிசிடி – ஐ உபயோகப்படுத்தவும்

சில ஏஆர்டி மருந்துகள் கர்ப்பத்தின் போது உபயோகப்படுத்தப்பட பாதுகாப்பானதாகும். உங்களுடைய சுகாதாரப் பணியாளரிடம் எந்த வகையான ஏஆர்டி மருந்துகள் உபயோகப்படுத்தப்பட வேண்டும் என்று கேட்கவும். நீங்கள் கர்ப்பமாக இருந்தாலோ அல்லது பிள்ளை பெற்றுக்கொள்ள விரும்பினாலோ இப்பொழுதே அவரிடம் அது குறித்து பேசவும்

தற்போது நீங்கள் ஏஆர்டியில் இருக்கிறீர்கள்

AZT - 3TC - EFV		
zidovudine	lamivudine	efavirenz

இப்பிரிவை ஒவ்வொரு மருந்துகள் அட்டவணைக்கும் மாற்றவும்

காலை: AZT – 3TC (ஒன்றிணைக்கப்பட்ட மாத்திரை)
மாலை: AZT – 3TC (ஒன்றிணைக்கப்பட்ட மாத்திரை) + EFV

நினைவில் நிறுத்தவும்:

- நீங்கள் ஒரு டோஸை தவறவிட்டால் (மாததிற்கு 3 டோஸை தவறவிட்டாலும்) மருந்துகள் எதிர்ப்பு தன்மை உண்டாகும். இது உங்களுக்கும் உங்களது சமூகத்திற்கும் கெடுதலாகும். (இந்த மருந்துகள் வேலை செய்வதை நிறுத்தி விடும்)
- மருந்துகள் ஒரு நாளைக்கு இரண்டு முறை கட்டாயம் எடுத்துக்கொள்ளப்பட வேண்டும். ஒரு டோஸையும் தவறவிடக்கூடாது. இது இரத்த அளவுகளை பராமரிக்க மிகவும் முக்கியமாகும். அப்பொழுதுதான் ஏஆர்டி அதன் பணியை செய்யும்.
- நீங்கள் ஒரு டோஸை மறந்துவிட்டால், இரண்டு டோஸாக எடுத்துக்கொள்ளக்கூடாது.
- நீங்கள் எடுத்துக்கொள்வதை நிறுத்தினால், சில மாதங்கள் அல்லது வருடங்களில் நோய்வாய்ப்பட்டு விடுவீர்கள்.
- மருந்துகளை குடும்பத்தினரிடமோ அல்லது நண்பர்களிடமோ பகிர்ந்துகொள்ளக்கூடாது.
- உங்கள் மருந்தை தினசரி 2 வேளை எடுத்துக்கொள்வதில் பிரச்சனை இருப்பின் சுகாதார நலப்பணியாளரை கலந்து ஆலோசிக்கவும். உங்களது சிகிச்சை ஆதரவாளர், குடும்பம் அல்லது நண்பர்களுடைய ஆதரவை கேட்கவும்.
- திட்டமிடப்பட்ட தேதியில் மருந்துகளை பெற்றுக்கொள்வது மிகவும் முக்கியமாகும்.

பக்க விளைவுகள் பொதுவானதாகும்: சாதாரணமாக அவை 2-3 வாரங்களுக்குள் சரியாகி விடும்.

உங்களுக்கு பின்வருபவை இருப்பின்	பின்வருபவைகளை மேற்கொள்ளவும்
குமட்டல்	மாத்திரையை உணவுடன் உட்கொள்ளவும்
வயிற்றுப்போக்கு	தொடர்ந்து சாப்பிடவும் அல்லது அதிகமாக தண்ணீரை குடிக்கவும்
தூங்கி வழிதல், களைப்பாக இருத்தல், கெட்ட கனவுகள் அல்லது தூக்கம் அல்லது ஞாபக சக்தியில் பிரச்சனைகள் ஆகியவைகள் போன்ற மூளை பாதிப்புகளை EFV ஏற்படுத்தும்.	இதுபோன்ற பக்க விளைவுகள் சாதாரணமாக சரியாகிவிடும். எ.ட்.பாவிரென்ஸ் இரவில் எடுத்துக்கொள்வது மிகவும் முக்கியம்
தலைசுற்றல், களைப்பு	இது தானாகவே சரியாகிவிடும்

குமட்டலோ அல்லது வயிற்றுப்போக்கோ தொடர்ந்து ஏற்பட்டாலோ அல்லது மூளை பாதிப்புகள் அதிகமானாலோ, அடுத்த சந்திப்பில் உங்களது சுகாதார நலப்பணியாளரிடம் மறக்காமல் கூறவும்.

பின்வருபவைகள் இருப்பின் உடனடியாக மருத்துவரை அணுகவும்:

- தெளிவில்லாத எண்ணங்கள் / குழப்பங்கள்
- மஞ்சள் நிற கண்கள்
- வெளுத்த அல்லது தேவையான இரத்தம் இல்லாத நிலை
- தோலில் தடிப்புகள்
- மாதவிடாய் தவறுதல் / கர்பத்திற்கான வாய்ப்புகள்

ஏஆர்டி ஹெச்ஐவியை குணப்படுத்தாது : ஏஆர்டியிலிருந்தாலும் பாதுகாப்பான உடலுறவு மிகவும் முக்கியமாகும்

ஹெச்ஐவியை பெறுதல் மற்றும் பரப்புதலை தடுக்கும் ஒரே பாதுகாப்பான வழி உடலுறவில் ஈடுபடாமல் இருப்பதுதான்.

நீங்கள் குழந்தை பெற்றுக்கொள்ள விரும்பினால், ஹெச்ஐவியை குழந்தைக்கு பரவும் வாய்ப்பை குறைக்க, கர்ப்பமாவதற்கு முன் சுகாதாரப் பணியாளருடன் பேசவும்

உங்களை மற்றவரையும் பாதுக்காப்பதை தொடருங்கள். நீங்கள் உடலுறவு கொள்ளும் ஒவ்வொரு முறையும் தவறாமல் ஆணுறையை அணியவும். உங்களது இணையாளி குறித்து எப்பொழுதும் விழிப்பாக இருங்கள்.

பாதுகாப்பான உடலுறவு உங்களை மற்றுமொரு ஹெச்ஐவி தொற்றிலிருந்து காக்கிறது. மற்றொரு வகையிலான ஹெச்ஐவியினால் நீங்கள் மறுபடியும் பாதிக்கப்பட்டால் உங்களுடைய எதிர்ப்பு சக்தி மிகவும் குறையும்.

குடும்பக் கட்டுப்பாடு

உங்களுக்கு குழந்தை பெற்றுக்கொள்ள விருப்பமில்லை என்றால் குடும்பக்கட்டுப்பாடு குறித்து சுகாதாரப் பணியாளரிடம் பேசவும்

பின்வரும் ஏதாவதொரு நிலையில் பிறக்கும் குழந்தைக்கு ஹெச்ஐவி நோய் பரவும்

கர்ப்பம்

பிரசவம்

பால்புகட்டுதல்

மற்றவைகளை காட்டிலும் சில ஏஆர்டி மருந்துகள் கர்ப்பத்தின் போது உபயோகப்படுத்தப்பட பாதுகாப்பானதாகும்

பிஎம்டிசிடி – ஐ உபயோகப்படுத்தவும்

சில ஏஆர்டி மருந்துகள் கர்ப்பத்தின் போது உபயோகப்படுத்தப்பட பாதுகாப்பானதாகும். உங்களுடைய சுகாதாரப் பணியாளரிடம் எந்த வகையான ஏஆர்டி மருந்துகள் உபயோகப்படுத்தப்பட வேண்டும் என்று கேட்கவும். நீங்கள் கர்ப்பமாக இருந்தாலோ அல்லது பிள்ளை பெற்றுக்கொள்ள விரும்பினாலோ இப்பொழுதே அவரிடம் அது குறித்து பேசவும்

தற்போது நீங்கள் ஏஆர்டியில் இருக்கிறீர்கள்

d4T - 3TC - EFV		
stavudine	lamivudine	efavirenz

இப்பிரிவை ஒவ்வொரு மருந்துகள் அட்டவணைக்கும் மாற்றவும்

காலை: d4T - 3TC (ஒன்றிணைக்கப்பட்ட மாத்திரை)
மாலை: d4T - 3TC (ஒன்றிணைக்கப்பட்ட மாத்திரை) + EFV

நினைவில் நிறுத்தவும்:

- நீங்கள் ஒரு டோஸை தவறவிட்டால் (மாதத்திற்கு 3 டோஸை தவறவிட்டாலும்) மருந்துகள் எதிர்ப்பு தன்மை உண்டாகும். இது உங்களுக்கும் உங்களது சமூகத்திற்கும் கெடுதலாகும். (இந்த மருந்துகள் வேலை செய்வதை நிறுத்தி விடும்)
- மருந்துகள் ஒரு நாளைக்கு இரண்டு முறை கட்டாயம் எடுத்துக்கொள்ளப்படவேண்டும். ஒரு டோஸையும் தவறவிடக்கூடாது. இது இரத்த அளவுகளை பராமரிக்க மிகவும் முக்கியமாகும். அப்பொழுதுதான் ஏஆர்டி அதன் பணியை செய்யும்.
- நீங்கள் ஒரு டோஸை மறந்துவிட்டால், இரண்டு டோஸாக எடுத்துக்கொள்ளக்கூடாது.
- நீங்கள் எடுத்துக்கொள்வதை நிறுத்தினால், சில மாதங்கள் அல்லது வருடங்களில் நோய்வாய்பட்டு விடுவீர்கள்.
- மருந்துகளை குடும்பத்தினரிடமோ அல்லது நண்பர்களிடமோ பகிர்ந்துகொள்ளக்கூடாது.
- உங்கள் மருந்தை தினசரி 2 வேளை எடுத்துக்கொள்வதில் பிரச்சனை இருப்பின் சுகாதார நலப்பணியாளரை கலந்து ஆலோசிக்கவும். உங்களது சிகிச்சை ஆதரவாளர், குடும்பம் அல்லது நண்பர்களுடைய ஆதரவை கேட்கவும்.
- நிட்டமிடப்பட்ட தேதியில் மருந்துகளை பெற்றுக்கொள்வது மிகவும் முக்கியமாகும்.

பக்க விளைவுகள் பொதுவானதாகும்: சாதாரணமாக அவை 2-3 வாரங்களுக்குள் சரியாகி விடும்.

உங்களுக்கு பின்வருபவை இருப்பின்	பின்வருபவைகளை மேற்கொள்ளவும்
குமட்டல்	மாத்திரையை உணவுடன் உட்கொள்ளவும்
வயிற்றுப்போக்கு	தொடர்ந்து சாப்பிடவும் அல்லது அதிகமாக தண்ணீரை குடிக்கவும்
தூங்கி வழிதல், களைப்பாக இருத்தல், கெட்ட கனவுகள் அல்லது தூக்கம் அல்லது மூபக சக்தியில் பிரச்சனைகள் ஆகியவைகள் போன்ற மூளை பாதிப்புகளை EFV ஏற்படுத்தும்.	இதுபோன்ற பக்க விளைவுகள் சாதாரணமாக சரியாகிவிடும். எ.ப்.பாவிரென்ஸ் இரவில் எடுத்துக்கொள்வது மிகவும் முக்கியம்

குமட்டலோ அல்லது வயிற்றுப்போக்கோ தொடர்ந்து ஏற்பட்டாலோ அல்லது மூளை பாதிப்புகள் அதிகமானாலோ, அடுத்த சந்திப்பில் உங்களது சுகாதார நலப்பணியாளரிடம் மறக்காமல் கூறவும்.

- தொடர்ச்சியாக வாந்தி
- கூச்சம், மறத்துப்போதல் அல்லது பாதங்களில் அல்லது கால்களில் அல்லது கைகளில் வலி
- கைகள், கால்கள், புட்டம் அல்லது தாடை மெலிதாதல்
- மார்பகம், தொப்பை, கழுத்தின் பின்பகுதி குண்டாகலாம்

பின்வருபவைகள் இருப்பின் உடனடியாக மருத்துவரை அணுகவும்:

- தெளிவில்லாத எண்ணங்கள் / குழப்பங்கள்
- மஞ்சள் நிற கண்கள்
- கடுமையான வயிற்றுவலி
- களைப்பு அல்லது மூச்சு விட சிரமம்
- தோலில் தடிப்புகள்
- மாதவிடாய் தவறுதல் / கர்பத்திற்கான வாய்ப்புகள்

ஏஆர்டி ஹெச்ஐவியை குணப்படுத்தாது : ஏஆர்டியிலிருந்தாலும் பாதுகாப்பான உடலுறவு மிகவும் முக்கியமாகும்

ஹெச்ஐவியை பெறுதல் மற்றும் பரப்புதலை தடுக்கும் ஒரே பாதுகாப்பான வழி உடலுறவில் ஈடுபடாமல் இருப்பதுதான்.

நீங்கள் குழந்தை பெற்றுக்கொள்ள விரும்பினால், ஹெச்ஐவியை குழந்தைக்கு பரவும் வாய்ப்பை குறைக்க, கர்ப்பமாவதற்கு முன் சுகாதாரப் பணியாளருடன் பேசவும்

உங்களை மற்றவரையும் பாதுக்காப்பதை தொடருங்கள். நீங்கள் உடலுறவு கொள்ளும் ஒவ்வொரு முறையும் தவறாமல் ஆணுறையை அணியவும். உங்களது இணையாளி குறித்து எப்பொழுதும் விழிப்பாக இருங்கள்.

பாதுகாப்பான உடலுறவு உங்களை மற்றுமொரு ஹெச்ஐவி தொற்றிலிருந்து காக்கிறது. மற்றொரு வகையிலான ஹெச்ஐவியினால் நீங்கள் மறுபடியும் பாதிக்கப்பட்டால் உங்களுடைய எதிர்ப்பு சக்தி மிகவும் குறையும்.

குடும்பக் கட்டுப்பாடு

உங்களுக்கு குழந்தை பெற்றுக்கொள்ள விருப்பமில்லை என்றால் குடும்பக்கட்டுப்பாடு குறித்து சுகாதாரப் பணியாளரிடம் பேசவும்

பின்வரும் ஏதாவதொரு நிலையில் பிறக்கும் குழந்தைக்கு ஹெச்ஐவி நோய் பரவும்

கர்ப்பம்

பிரசவம்

பால்புகட்டுதல்

மற்றவைகளை காட்டிலும் சில ஏஆர்டி மருந்துகள் கர்ப்பத்தின் போது உபயோகப்படுத்தப்பட பாதுகாப்பானதாகும்

பிளம்டிசிடி – ஐ உபயோகப்படுத்தவும்

சில ஏஆர்டி மருந்துகள் கர்ப்பத்தின் போது உபயோகப்படுத்தப்பட பாதுகாப்பானதாகும். உங்களுடைய சுகாதாரப் பணியாளரிடம் எந்த வகையான ஏஆர்டி மருந்துகள் உபயோகப்படுத்தப்பட வேண்டும் என்று கேட்கவும். நீங்கள் கர்ப்பமாக இருந்தாலோ அல்லது பிள்ளை பெற்றுக்கொள்ள விரும்பினாலோ இப்பொழுதே அவரிடம் அது குறித்து பேசவும்

அத்தியாயம் 12: நான்கு முதல் நிலை ஏஆர்வி மருந்துகளின் பக்கவிளைவுகள் மற்றும் திட்டத்தில் இருக்கும் நோயாளிகளுக்கு ஏற்படும் பிற புதிய அறிகுறிகளுக்கு சிகிச்சையளித்தல்

பக்க விளைவுகள் - ஒரு அறிமுகம்

பெரும்பாலான மருந்துகளை உபயோகிப்பதால் ஏதேனும் ஒரு விதத்தில் பக்க விளைவுகள் ஏற்படும். இருப்பினும் பெரும்பாலான கேஸ்களில் இது மிகவும் கடுமை குறைவாகவே உள்ளது. மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்ளும் எல்லா நபர்களுக்கும், ஒரே மாதிரியான பக்க விளைவுகள், ஒரே அளவிற்கு ஏற்படுவதில்லை. ஏஆர்வி மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்ளும் நோயாளிகளில், ஐந்து சதவீதத்திற்கும் குறைவான நபர்களுக்கே தொடர்ச்சியானமான மருத்துவ பக்க விளைவுகள் ஏற்படுகின்றன. பெரும்பாலானவர்களுக்கு, குறிப்பாக சிகிச்சையின் துவக்ககாலத்தில், கடுமையற்ற, அதிக தொல்லைகள் தராத பக்க விளைவுகளே ஏற்படும்.

உங்களுடைய நோயாளி முதன்முதலாக ஏஆர்டி சிகிச்சையைத் துவக்கும்போது, பக்க விளைவுகள் ஏற்படும் ஆபத்து குறித்தே அதிகம் கவலைக்கொண்டிருப்பர். எனவே, மிகவும் மோசமான பக்க விளைவுகள் குறித்து நோயாளிகளிடம் எச்சரிக்கை செய்வதும், அவற்றை எதிர்கொள்ளவேண்டிய முறைகள் குறித்து அவர்களுக்கு தெரிவிப்பதும் மிகவும் அவசியமாகும். இவ்வாறு நோயாளிகள் எதிர்கொள்ளக்கூடிய விஷயங்கள் குறித்து முன்பே தெரிவிப்பது, அவர்களுக்கு மிகவும் உதவிகரமாக இருக்கும். மேலும் பிற பக்க விளைவுகள் மற்றும் அவர்களுக்கு, கவலைகள் குறித்தும் ஆலோசனை அளிக்கவேண்டியதும் மிகவும் அவசியமாகும்.

அதிகளவு பக்க விளைவுகள் ஏற்படும் நோயாளிகள், தாங்கள் மருந்து எடுத்துக்கொள்வதை நிறுத்திவிடுகின்றனர். ஏனெனில் பக்க விளைவுகளால் அவர்கள் ஊக்கம் இழக்கின்றனர். நோயாளிகள் சரியாக மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்ளாவிட்டால், சிகிச்சை தோல்வியடையும்.

எனவே, மக்கள் பக்க விளைவுகள் குறித்து கூறினால், அதை தொடர்ச்சியானமாக எடுத்துக்கொண்டு, தேவையான ஆலோசனைகளை கூறவும். இல்லையென்றால் அவர்கள் மருந்துகள் எடுத்துக்கொள்வதை மறக்கத் துவங்கிவிடுவார்கள்.

பக்க விளைவுகளின் மூன்று வகைகள்:

முதல் வகை : நோயாளிகளுக்கு தொந்தரவளிக்கும், அதே சமயத்தில் ஆபத்தில்லாத பக்க விளைவுகள்

(a) சில பக்க விளைவுகள் மிகவும் பொதுவானவையாகும். இருப்பினும் இதனால் நோயாளியின் உடல்நலனுக்கு ஆபத்து ஏதும் கிடையாது. அவைகள் மிகவும் பொதுவானவைகளாக இருப்பதால், இந்த பக்க விளைவுகள் குறித்து நோயாளிகளுக்கு தெரிவிப்பதும், அவைகள் ஏற்பட்டால் என்ன செய்யவேண்டும் என்பது குறித்து எளிதான அறிவுரைகள் வழங்குவதும் அவசியமாகும்.

- இவ்வகையில் குமட்டல், தலைவலி, கிறுகிறுப்பு, பேதி, களைப்பாக உணர்தல் மற்றும் தசை வலி போன்றவை அடங்கும்.
- பொதுவாக இந்த பக்க விளைவுகள் சிகிச்சை துவங்கும்போது ஏற்படுகிறது. இரண்டு முதல் நான்கு வாரங்களில் இவைகள் அதிகரிக்கின்றன.
- நோயாளி பக்க விளைவுகள் குறித்தோ, அவற்றை எவ்வாறு எதிர்கொள்ள வேண்டும் என்பது குறித்தோ அறிந்துகொள்ளாவிட்டால், சரியான முறையில் மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்ளமாட்டார்கள். எனவே ஹெச்ஐவி பாதிப்பு நீடித்து, சிகிச்சை வெற்றிகரமாக அமையாது.
- இ.ஃபாவைரன்ஸ் மருந்துகள் மூலமாக சில குறிப்பிட்ட பக்க விளைவுகள் அடிக்கடி ஏற்படும். இந்த பக்க விளைவுகள் சில வாரங்களுக்குப் பிறகு அகன்று விடும் என்று நோயாளிக்கு உறுதியாக தெரிவிக்கவேண்டும். உதாரணம் : இ.ஃபாவைரன்ஸ் மருந்தால் வித்தியாசமான கனவுகளும், கொடுங்கனவுகளும் தோன்றுவதுடன், மனநிலை மாற்றங்கள், கிறுகிறுப்பு, அடிக்கடி கவனம் இழத்தல் போன்ற பக்கவிளைவுகள் சிகிச்சை துவங்கி முதல் இரண்டு வார காலத்திற்கு காணப்படும்.

ஆபத்தில்லாத பக்க விளைவுகளின் எண்ணிக்கை மிகவும் அதிகமாகும். இவை அனைத்தையும் குறித்து நோயாளியிடம் கூறினால், அவர்கள் ஊக்கமிழப்பதுடன், குழப்பமும் அடைவர். ஒவ்வொரு மருந்தினாலும் (மற்றும் ஒவ்வொரு மருந்து எடுத்துக்கொள்ளும் முறைக்கும்) ஏற்படும் மிகவும் பொதுவான பக்க விளைவுகள் குறித்து நாம் அறிந்துகொள்வதுடன், அவற்றை எதிர்கொள்வதற்காக நோயாளியை தயார் செய்வதும் மிகவும் அவசியமாகும். மேலும் நோயாளிகள் தங்களுக்கு ஏற்படும் பக்க விளைவுகள் குறித்து கூறும்போது அளிக்கவேண்டிய மருத்துவ ஆலோசனைகள் குறித்து அறிந்கொள்ளவேண்டியதும் அவசியமாகும். ஏனெனில் இந்த அறிகுறிகள் தொடர்ந்து காணப்படலாம் அல்லது தொடர்ச்சியானமாகலாம்.

சில சமயங்களில் இந்த பொதுவான பக்க விளைவுகள் நீண்ட காலத்திற்கு தொடர்ந்து காணப்பட்டாலோ அல்லது தொடர்ச்சியான எதிர்விளைவுகள் ஏற்பட்டாலோ அவைகள் மிகவும் தொடர்ச்சியானமடையலாம் எனவே நோயாளியிடம் இந்த பக்க விளைவுகளை வீட்டிலேயே சரிசெய்துகொள்வது குறித்து தேவையான அறிவுரைகள் வழங்குவதும், அறிகுறிகள் தொடர்ந்து காணப்பட்டாலோ, தொடர்ச்சியானமடைந்தாலோ அதற்கான சிகிச்சை எடுத்துக்கொள்வது குறித்தும் நோயாளிக்கு தெரிவிக்க வேண்டியது அவசியமாகும்.

(b) பொதுவாக அதிகம் ஏற்படாத மற்றும் தொடர்ச்சியானமற்ற பக்க விளைவுகள்

இந்த பக்க விளைவுகள் குறித்து நோயாளிகளிடம் எச்சரிக்கை செய்யவேண்டிய அவசியமில்லை. இருப்பினும், அவற்றை எவ்வாறு எதிர்கொள்ளவேண்டும் என்பது குறித்து நீங்கள் தெரிந்து வைத்திருக்கவேண்டும். இந்த பக்க விளைவுகளில் AZT மருந்தால் நகங்கள் நீல நிறமாதல் மற்றும் சில மருந்துகளால் ஏற்படும் பொதுவான பக்க விளைவுகளும் மற்றும் பிற மருந்துகளால் அதிகம் ஏற்படாத, ஆனால் சில சமயங்களில் ஏற்படக்கூடிய பக்க விளைவுகளும் அடங்கும்.

இரண்டாவது வகை : தொடர்ச்சியானமான பாதிப்புகளை ஏற்படுத்தக்கூடிய பக்க விளைவுகள்

இதற்கு அவசர ஆலோசனை தேவைப்படுகிறது. இந்த தொடர்ச்சியானமான பக்க விளைவுகள் குறித்து நோயாளிகளிடம் முன்பே எச்சரிக்கை செய்யவேண்டியது அவசியமாகும். இவற்றில் சில விளைவுகள் ஏற்பட்ட நோயாளிகள் தேவையான சிகிச்சையை எடுத்துக்கொள்ளவேண்டும். இந்த பக்க விளைவுகள், நோயாளியின் தகவல் அட்டையில் ஒரு ட்ரம் மூலமாக குறிப்பிடப்பட்டிருக்கும்.

உதாரணங்கள்:

- வெளிறிய முகம் (AZT ஆல் ஏற்படும் ரத்தசோகை)
- கல்லீரல் பாதிக்கப்படுவதால் கண்கள் மஞ்சள் நிறமாதல் (NVP அல்லது EFV மருந்தால் ஹெபாடட்டிஸ் ஏற்படலாம்)
- கடுமையான வயிற்று வலி
- தடிப்புகள் NVP அல்லது EFV - ஆல் ஏற்படும், புதிய தடிப்புகள் குறைவாக இருந்தாலும், அவைகள் ஆபத்தை ஏற்படுத்தலாம். எனவே, இயன்ற அளவு விரைவில் நோயாளியை, மருத்துவரிடம் காண்பிக்கவேண்டியது அவசியமாகும்.
- d4T (பெரிபெரல் நியூரோபதி) மருந்தால் கைகளிலோ, பாதங்களிலோ எரிச்சல், மரத்துப்போதல், குறுகுறுப்பான உணர்வு போன்றவை ஏற்படலாம். இவைகள் ஏற்படும்போது உடனடியாக மருத்துவரிடம் செல்லவேண்டிய அவசியமில்லை. இருப்பினும் அடுத்த முறை செல்லும்போது இவைகள் குறித்து கூற வேண்டும்.

மூன்றாம் வகை : சிகிச்சையின் பிற்பகுதியில் தோன்றும் பக்க விளைவுகள்

இவ்வகை பக்க விளைவுகள் நோயாளிகள் ஏஆர்வி மருந்துகளை பல மாதங்கள் அல்லது பல ஆண்டுகள் எடுத்துக்கொண்ட பிறகு ஏற்படும்.

இதில் மிகவும் பொதுவாகக் காணப்படும் பக்க விளைவு, உடல் கொழுப்பானது ஒழுங்கற்ற முறையில் உடல் முழுவதும் பரவிக்காணப்படும். வயிறு, மார்பகங்கள், தோள்கள், கழுத்து (சில சமங்களில் தோலுக்கு கீழ் கொழுப்புக் கட்டிகள் உருவாகலாம்) போன்ற பாகங்களில் கொழுப்பு அதிகமாகலாம். கை, கால்கள், புட்டங்கள் மற்றும் முகம் போன்றவற்றில் கொழுப்பு இழப்பு ஏற்படலாம் (லிபோடிஸ்ட்ரோபி).

பக்க விளைவுகளை எதிர்கொள்வதற்கான சிறந்த வழிமுறைகள்:

- நோயாளி மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்ளத் துவங்குவதற்கு முன்பே பொதுவாக ஏற்படக்கூடிய பக்க விளைவுகள் குறித்து கூறிவிடவேண்டும்
- சிறிய பக்க விளைவுகளை எவ்வாறு எதிர்கொள்வது என்பது குறித்த அறிவுரைகள் கூறவேண்டும். ரெஜிமெனுக்காக நோயாளி தகவல் அட்டையைப் பயன்படுத்தவும்
- தொடர்ச்சியானமான பாதிப்புகளை ஏற்படுத்தும் பக்க விளைவுகள் குறித்து நோயாளிகளை எச்சரித்து, அவைகள் ஏற்பட்டால் உடனடியாக, அதற்குரிய சிகிச்சையை பெற்றுக்கொள்ளுமாறு அறிவுறுத்தவும்
- பக்க விளைவுகளை உடனடியாக கவனித்து, நேரடியாகவோ அல்லது தொலைபேசி மூலமாகவோ க்ளினிக்கை தொடர்புகொள்ளவும்.
- நோயாளி பக்க விளைவுகள் குறித்து இயல்பாக ஏதும் கூறாவிட்டாலும், அவைகள் குறித்து கலந்துரையாடவும்.
- நோயாளிகளை பீர் – எஜுகேட்டர்களிடம் அனுப்பவும்
- பக்க விளைவுகள் காரணமாக, மருத்துவரிடம் கலந்தாலோசிக்காமல் ARV மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்வதை நிறுத்தவேண்டாம்.

	மிகவும் பொதுவான பக்க விளைவுகள் : இவை குறித்து நோயாளிகளிடம் எச்சரித்து, எதிர்கொள்ள வேண்டிய முறைகள் குறித்தும் கூறவும். மேலும் நோயாளிகள் சிகிச்சைக்கு வரும்போது அவற்றை எதிர்கொள்ள தயாராக இருக்கவும்.	மிகவும் தொடர்ச்சியானமான பாதிப்பை ஏற்படுத்தக்கூடிய பக்க விளைவுகள்: நோயாளிகளை எச்சரிக்கை செய்து உடனடியாக சிகிச்சை பெறுமாறு அறிவுறுத்தவும்	சிகிச்சையின் பிற்பகுதியில் ஏற்படும் பக்க விளைவுகள்: நோயாளியிடம் கலந்தாலோசிக்கவும்
AZT ஜிடோவ்டின் (**ZDV** என்றும் அழைக்கப்படும்)	குமட்டல் பேதி தலைவலி களைப்பு	உடனடியாக சிகிச்சை எடுத்துக்கொள்ளவேண்டியவை: ரத்தசோகை = முகம் வெளிறுதல், மூச்சுத்திணறல், தசைவலி	
d4T ஸ்டாவ்டின்	குமட்டல் பேதி	உடனடியாக சிகிச்சை எடுத்துக்கொள்ளவேண்டியவை பான்கிரியாட்டிஸ் / லாக்டிக் அசிடோசிஸ் = கடும் வயிற்றுவலி, களைப்பு, மூச்சுத்திணறல், தொடர்ந்து குமட்டல் மற்றும் வாந்தி ஏற்படுதல் விரைவில் ஆலோசனைகளால் பெறவேண்டியவை : கால்கள் அல்லது கைகளில் குறுகுறுப்பு, மரத்துப்போதல் அல்லது வலி ஏற்படுதல்	கொழுப்பு பரவல் மாற்றங்கள்: கைகள், கால்கள், புட்டங்கள், கன்னங்கள் போன்றவை மெலிதாகின்றன. மார்பகங்கள், இடுப்பு, கழுத்தின் பின்பக்கம் போன்றவற்றில் கொழுப்பு சேர்கிறது
3TC லேமிவ்டின்	குமட்டல் பேதி		
NVP நெவிரா.˙.பின்	குமட்டல் பேதி லேசான தோல் தடிப்பு	உடனடியாக சிகிச்சை தேவைப்படுபவை : கண்கள் மஞ்சள் நிறமாதல் மியூகோசாவல் ஏற்படும் தோல் தடிப்பு மற்றும் எக்ஸ்.˙.போலியேஷன் காய்ச்சல்	
EFV இ.˙.பாவிரன்ஸ்	குமட்டல் பேதி வித்தியாசமான கனவுகள் தூக்கம் பாதிப்பு மறதி தலைவலி கிறுகிறுப்பு	உடனடியாக சிகிச்சை தேவைப்படுபவை : சைகோஸில் அல்லது குழப்பம் தோல் தடிப்பு	

முக்கிய செய்தி:

அனைத்து வகை சிகிச்சைகளுக்கும், தனித்தனியாக ஒவ்வொரு மருந்தையும் எடுத்துக்கொள்ளும் முறைகள் பற்றிக் கூறாமல், முழுமையாக அனைத்திற்கும் சேர்ந்தாற்போல் நோயாளிகளிடம் கூறவேண்டும். நோயாளிகள் ஒரு மருந்தை உட்கொள்வதை மட்டும் நிறுத்தவோ அல்லது குறைவான அளவு உட்கொள்வதோ கூடாது. ஒரு குறிப்பிட்ட மருந்தினால் ஏற்படும் பக்கவிளைவு தொடர்ச்சியானமாக இருந்து, நோயாளி அதை நிறுத்த வேண்டும் அல்லது சிகிச்சையை மாற்றவேண்டும் என்று கருதினால், இயன்ற அளவு விரைவாக அவர் மருத்துவ மையத்தை அணுகவும். ஒன்று அல்லது இரண்டு மருந்துகளை மட்டும் நிறுத்தக் கூடாது. ஏஆர்டி மையத்திற்கு செல்லவும்

சுஷ்மா ஏஆர்டியை பரிந்துரை செய்யப்பட்டவாறு உட்கொள்ளுகிறார். அவருக்கு சிறிய அளவிலான குமட்டல் ஏற்பட்டது. ஆனால், செவிலியர் / ஆலாசகர்கள் அது குறித்து அறிவுறுத்தியிருந்தனர். செவிலியர் / ஆலோசகர்கள் அதை வழக்கமான ஒன்று மற்றும் சில வாரங்களில் அது சரியாகிவிடும் என்று கூறினர். சுஷ்மாவிற்கு இது ஏற்கனவே அறிவுறுத்தப்பட்டிருந்ததால், அவர் அது குறித்து அதிகளவில் கவலைப்படவில்லை. அவருக்கு பிடித்தமான உணவை அடிக்கடி சிறிது சிறிதாக சாப்பிட்டு சிகிச்சையை தொடர்ந்து எடுத்துக்கொள்கிறார்.

மனீஷ் ஏஆர்டியை பரிந்துரை செய்யப்பட்டவாறு உட்கொள்ளுகிறார். அவருக்கு கெட்ட கனவுகள் ஏற்படுகின்றன, ஆனால் செவிலியர் / ஆலாசகர்கள் அது குறித்து அறிவுறுத்தியிருந்தனர். மேலும் செவிலியர் / ஆலாசகர்கள் அதை வழக்கமான ஒன்று மற்றும் சில வாரங்களில் அது சரியாகிவிடும் என்று கூறினர். மனீஷிற்கு இது ஏற்கனவே அறிவுறுத்தப்பட்டிருந்ததால், அவர் அது குறித்து அதிகளவில் கவலைப்படவில்லை. உறங்குவதற்கு முன் மகிழ்ச்சிகரமாக பணிகளை மேற்கொள்ள அவர் முயல்கிறார். சில வாரங்களுக்குப் பின் செவிலியர் / ஆலாசகர்கள் கூறியவாறு கெட்ட கனவுகள் வருவது நின்றுவிட்டது.

ஏஆர்டி ஆரம்பித்த மூன்று வாரங்கள் கழித்து, குமாருக்கு இடுப்புப் பகுதியில் ஒரு லேசான தழும்பு ஏற்பட்டது. அது அரிப்பினையும் ஏற்படுத்துகிறது. ஆனால் அவருக்கு ஜுரம் ஏற்படவில்லை.

நீங்கள் என்ன செய்வீர்கள்? இதற்கான காரணம் என்னவாக இருக்கும்?

மருத்துவர் அவருக்கு க்ளோர்.்பீனிராமைன் வழங்கி ஏஆர்டியை தொடர்ந்து மேற்கொண்டார். தழும்பு இன்னும் மோசமடைந்தாலோ அல்லது ஜுரம் ஏற்பட்டாலோ உடனே வந்து பார்க்குமாறு எச்சரித்தார். சில நாட்களில் தழும்பு மறைந்துவிட்டது.

மேலும் செவிலியர் / ஆலோசகர்கள் மருந்தின் பிற பக்க விளைவுகள் குறித்தும் குமாரை எச்சரித்தனர். ஆனால் இது வரை அவர் அது போன்ற பக்க விளைவுகளால் பாதிக்கப்படவில்லை.

நீங்கள் குமாரிடம் குறிப்பிட வேண்டிய பக்க விளைவுகள் என்ன?

அத்தியாயம் 13: ஏஆர்டி ஆரம்ப ஆதரவு பிறகு கண்காணிப்பு மற்றும் தொடர்ந்த ஏஆர்டி சிகிச்சைக்கான ஆதரவு

சுஷ்மா சுகாதாரமையத்திற்கு தொடர்ந்து வருகை புரிந்தார். தொடர்ந்து ஏஆர்டி உட்கொள்ளுவது குறித்து செவிலியர்கள் / ஆலோசகர்கள் அவரிடம் கேட்டறிந்தனர். சுஷ்மா அவரது மருந்துகளை எப்பொழுதும் மறந்ததில்லை. அவரது இணையும் அவருடன் மருந்து உட்கொள்ளுகிறார். இருவரும் அவரவர் மருந்து குறித்து நினைவுறுத்திக் கொள்கின்றனர்.

மனீஷ் சுகாதாரமையத்திற்கு தொடர்ந்து வருகை புரிந்தார். தொடர்ந்து ஏஆர்டி உட்கொள்ளுவது குறித்து செவிலியர்கள் / ஆலோசகர்கள் அவரிடம் கேட்டறிந்தனர். மனீஷ் அவரது மருந்துகளை எப்பொழுதும் மறந்ததில்லை

குமார் மிகவும் பரபரப்பான தொழிலதிபர். அவரது தொழில்நிமித்தமாக அவர் அதிகளவில் பயணங்கள் மேற்கொள்ள வேண்டியது வரும். சில நேரங்கள் அவரது மனதில் பல எண்ணங்கள் இருப்பதனால் அவர் மன அழுத்தத்திற்கு ஆளாகிறார்.

நாளாக நாளாக, அவர் மாத்திரைகள் உட்கொள்வதையும் மறந்து விடுகிறார். குறிப்பாக அவர் பயணங்கள் மேற்கொள்ளும்போது. அல்லது அவர் முக்கிய கூட்டங்களில் இருக்கும் போது.

நீங்கள் குமாருக்கு உதவ என்ன செய்வீர்கள்? நீங்கள் குமாரிடம் என்ன கூறுவீர்கள்?

அத்தியாயம் 14: சிகிச்சையினை தடுப்புடன் ஒருங்கிணைத்தல்

நீங்கள் எண்ணிப்பார்க்க ஒரு கதை ...

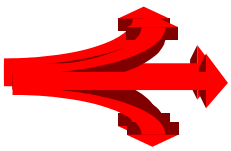
ப்ரியா மற்றும் ரமேஷின் கதை

- கதை 2000 வருடத்தில் தொடங்குகிறது
- சென்னை நகரில் வசிக்கும் அழகான பெண் ப்ரியா
- தற்போது தனது படிப்பை முடித்திருக்கும் ப்ரியா, ரமேஷை திருமணம் செய்து கொள்ள இருக்கிறார்
- ப்ரியாவின் குடும்பத்தாருக்கு ரமேஷை மிகவும் பிடித்திருக்கிறது.

ரமேஷ் ஒரு வருடத்திற்கு முன்பு

- ரமேஷ் சென்னையில் கடை ஒன்றை வைத்திருக்கிறார்
- கடந்த வருடம் வியாபார விஷயமாக பயணம் மேற்கொண்டிருந்தார்.
- அந்த பயணத்தின் போது ஒரு பாரில் பல பீர்களை குடித்த ரமேஷ் ஒரு இனிமையான பெண் - ஒருவரை அங்கு சந்தித்தார்.
- அவருடன் ஒரு இரவை ரமேஷ் கழித்தார்.

ரமேஷ்



- ரமேஷ்க்கு அன்று இரவு, தான் ஹெச்ஐவியால் பாதிக்கப்பட்டது தெரியாது.

1. ரமேஷ் ஹெச்ஐவியால் எப்படி பாதிக்கப்பட்டார்?

2. பாதுகாப்பான உடலுறவு என்றால் என்ன?

3. ஹெச்ஐவி பரவிய வழிகள் என்ன?

மார்ச் 2000

- ப்ரியா மற்றும் ரமேஷிற்கு திருமணம் நடைபெறுகிறது.
- அநேகம் பேரை அழைத்து அற்புதமான உணவுடன் கூடிய அருமையான விருந்து நடத்தப்பட்டது.
- ப்ரியா மற்றும் ரமேஷ் ஆகிய இருவரும் தற்போது ஒன்றாக வாழ்கையிலும் மற்றும் வாணிபத்திலும் ஈடுபடுவார்கள்

ஏப்ரல் 2000

- ப்ரியா ஒரு நாள் சுகவீனமாக உணர்கிறாள்
- பெரிதாக ஏதுமில்லை. தொண்டை கரகரப்புடன் கூடிய ஃப்ளுவால் பாதிக்கப்பட்டிருந்தால்
- சில நாட்களுக்கு பிறகு உடல் நிலை சரியடைந்து அவரது பணியில் மீண்டும் ஈடுபட்டார்.

ப்ரியா பாதிக்கப்பட்டுவிட்டார்

- ப்ரியாவிற்கும் தெரியாது ரமேஷிற்கும் தெரியாது. ஆனால் தற்போது ரமேஷ் ப்ரியாவிற்கு வைரஸை பரப்பிவிட்டு விட்டார்

4. ப்ரியாவிற்கு ஹெச்ஐவி எப்படி வந்தது?

5. ஹெச்ஐவி பாதிப்பிலிருந்து தப்பிக்க ப்ரியா என்ன பண்ணியிருக்கலாம்?

6. அவளது நோய் என்ன?

2003 – ல் மஹேஷ் பிறந்தான்
குடும்பம் மிகவும் சந்தோஷமாக உணர்ந்தது. தொழிலும் நன்றாக நடந்ததோடு ப்ரியா மஹேஷ் என்ற மற்றொரு குழந்தையை ஈன்றெடுத்தாள்.
மஹேஷிற்கு தாய் வழியாக ஹெச்ஐவி பரவியிருந்தது. இப்பொழுது அவனும் ஹெச்ஐவியால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளான்

7) தாயிலிருந்து குழந்தைக்கு ஹெச்ஐவி பரவும் வழிகள் என்னென்ன?

8) எல்லா கேஸ்களிலும் தாய் குழந்தைக்கு ஹெச்ஐவியை பரப்புவாரா?

9) குழந்தை பெறும் காலத்திலிருக்கும் ஹெச்ஐவி பாஸிட்டிவ் பெண்களுக்கான ஆலோசனை என்ன?

10) கர்ப்பமாக இருக்கும் ஹெச்ஐவி பாஸிட்டிவ் பெண்களுக்கான ஆலோசனை என்ன?

11) இரட்டை பாதுகாப்பு என்றால் என்னவென்று உங்களுக்குத் தெரியுமா?

அத்தியாயம் 15: நிலையான முன்னெச்சரிக்கைகள், தொற்று கட்டுப்பாடு மற்றும் பாதிப்பிற்குப் பிந்தைய ப்ரோ∴பிலாக்சிஸ்

உலகளாவிய முன்னெச்சரிக்கைகள் அல்லது நிலையான முன்னெச்சரிக்கைகள் யாவை?

ஹெச்ஐவி அல்லது ஹெபடைடிஸ் பி மற்றும் சி போன்ற ரத்தத்திலிருந்து உற்பத்தியாகும் பேதோஜென்களின் பாதிப்பிலிருந்து உடல்நலப் பணியாளர்களை பாதுகாப்பதற்காக வடிவமைக்கப்பட்ட வழிமுறைகளின் தொகுப்பே உலகளாவிய முன்னெச்சரிக்கைகள் எனப்படும்.

அடிப்படை விதிகள்
- அனைத்து நோயாளிகளும் / நபர்களும் பாதிப்பினை பரப்பும் தன்மை உடையவர்கள்
- நோயறிதல் / முன்கணிக்கப்பட்ட தொற்று நிலைகளை எப்பொழுதும் கருத்தில் கொள்ளக் கூடாது
- அனைத்து உடல் திரவங்களும் மற்றும் திசுக்களும் பாதிப்பை ஏற்படுத்துவதே ஆகும்.
- அனைத்து ஸ்டெர்லைஸ் செய்யப்படாத ஊசிகளும் / கூர் முனைகளும் பாதிப்பை ஏற்படுத்துவதே ஆகும்
- எந்தவொரு செயல்முறையை ஆரம்பிக்கும் முன்பும் இடர்பாட்டை அடையாளம் காணவும்

உடல் திரவங்கள் மற்றும் உலகளாவிய முன்னெச்சரிக்கைகள்

பயிற்சி 15.1: பின்பற்றப்படவேண்டிய மற்றும் பின்பற்றவேண்டாத உடல் திரவங்களுக்கான பொதுவான முன்னெச்சரிக்கைகள்

பொதுவான முன்னெச்சரிக்கைகள் பின்பற்றப்படவேண்டியவை	பொதுவான முன்னெச்சரிக்கைகள் பின்பற்றப்பட வேண்டாதவை
தொற்றுள்ள உடல் திரவங்கள் அல்லது சுரப்புகள் ஏதாவது தொற்றுகளைக் கொண்டிருக்கும் உடல் திரவங்கள் அல்லது சுரப்புகள்	தொற்றுற்ற உடல் திரவங்கள் அல்லது சுரப்புகள்

நிலையான முன்னெச்சரிக்கைகளின் படிநிலைகள்

நிலையான முன்னெச்சரிக்கைகளின் படிநிலைகள்

பாதுகாப்பு சாதனங்களை பயன்படுத்துதல்
தன்னை காத்துக்கொள்ளுதல்
விபத்துகளை தவிர்த்தல்
தொற்றுகளை தடுக்கும் தொழில்நுட்பங்கள் மற்றும் ஸ்டெர்லைசேஸனின் ஒழுங்கான உபயோகம்
கழிவுகளை அகற்றுதல்

செயல்முறை சம்பந்தப்பட்ட இடர்பாடுகளின் வகைகள்

செயல்முறையின் வகைகள்	பாதுகாப்பு தேவைப்படுவது
குறைவான ஆபத்து	கையுறைகள் உதவிகரமாக இருப்பினும் அது மிகவும் முக்கியமில்லை பிரசவத்தின் போது கையுறைகள் மற்றும் முகமூடி அணிய வேண்டும்
நடுத்தர ஆபத்து	கையுறைகள் மற்றும் தண்ணீர்புகா உறைகள் தேவைப்படலாம்.
அதிக ஆபத்து	கையுறைகள், தண்ணீர்புகா உறைகள் மற்றும் பாதுகாப்பு கண்ணாடிகள் மிகவும் முக்கியம்.

குறிப்பிடத்தக்க கழிவுகனை அகற்றும் முறைகள்

கழிவுகள்	உதாரணங்கள்	அகற்றும் முறைகள்
திரவம்	• இரத்தம் • சிறுநீர் • மலம்	• சுத்தமான சாக்கடை அல்லது கழிவறைக் குழியில் ∴பளஷ் செய்தல்
தின்மப்பொருள்	• நனைந்த பஞ்சுகள் • சானிட்டரி பேடுகள் / நாப்கின்கள் • பிளசெண்டா • அறுவை மாதிரி திசுக்கள்	• எரிக்கவும் அல்லது கவனமாக புதைக்கவும் • முடிந்தால் சாம்பலாக்கவும் • மிருகங்கள் அல்லது குழந்தைகளுக்கு எளிதாகக் கிட்டும் வகையில் திறந்தவெளியில் வைப்பதை தவிர்க்கவும். • மீண்டும் தோண்டப்பட வாய்ப்புள்ள இடங்களிலும் மற்றும் நீர் ஆதாரங்களை மாசுப்படுத்த வாய்ப்புள்ள இடங்களிலும் புதைப்பதை தவிர்க்கவும்.
கூர்மையான உபகரணங்கள்	• ஊசிகள் • ஸ்கால்பெல்கள் • பிளேடுகள்	• ஓட்டை விழாத கன்டெயினர்களில் நிரப்பி அகற்றவும். குறுகான முனையினை உடைய பாட்டில்கள் இதற்கு ஏற்றதாகும். • ரசாயனங்கள் கொண்ட தொற்று ஏற்படுத்தாததாகவும் அல்லது ஆட்டோக்லேவ் அல்லது அகற்றுவதற்கு முன் சாம்பலாக்குதல்

பாதிப்பிற்குப் பிந்தைய ப்ரோ∴பிலாக்சிஸ் **(PEP)**

PEP - ன் படிநிலைகள்

- ஆபத்து கால சிகிச்சை
- உடனடி கவனிப்பு
- பதிவு மற்றும் அறிக்கை தாக்கல்
- ஆபத்து மதிப்பிடல்
- சோதனை மற்றும் ஆலோசனை
- PEP சிகிச்சை
- தொடர் கவனிப்பு

பணி தொடர்பான பாதிப்புகள் மற்றும் திட்ட முறைகளின் வகையினை வகைப்படுத்துதல்

குறைந்த அளவு	• சில துளிகள் ரத்தம் / உடல் திரவம் / பிற தொற்றேற்படுத்தும் திறனுள்ள விஷயங்கள் (OPIM) • குறைவான நேரம்	அடிப்படை மருத்துவ முறை
சிறிது தொடர்ச்சியானம்	• தின்ம ஊசி (அதனுள் ஒட்டை இல்லாதது) • மேற்பரப்பு சிராய்ப்பு	
அதிக அளவு	• பல துளிகள் ரத்தம் / உடல் திரவம் / பிற தொற்றேற்படுத்தும் திறனுள்ள விஷயங்கள் (OPIM) • அதிக நேரம்	நவீன மருத்துவ முறை
அதிக தொடர்ச்சியானம்	• பெரிய ஓட்டையுள்ள ஊசிகள் • ஆழமான ஓட்டை • நோயாளிகளின் குருதிக்குழாய் / குருதிநாளத்தில் பயன்படுத்தப்பட்ட பார்வையில் படும் ரத்தம் அல்லது ஊசிகள்	

PEP எப்பொழுது ஆரம்பிக்கப்பட வேண்டும்?

முக்கிய நபர் அல்லது ஆதார நபரின் ஆய்வக முடிவுகள் வரும் வரை PEP ஆரம்பிப்பதில் தாமதம் ஏற்படுத்த வேண்டாம்.

எனினும், இந்த கேஸில் முடிவுகள் நெகடிவ் என்றால் சம்பந்தப்பட்ட உடல் நலப் பணியாளர் PEP – ஐ நிறுத்திக் கொள்ளலாம்.

முடிந்த அளவு விரைவாக, 1-24 மணி நேரங்களுக்குள் PEP ஆரம்பிக்கப்பட வேண்டும் மற்றும். 1-2 மணி நேரத்தில் ஆரம்பிப்பது மிகவும் நல்லதாகும். பாதிப்பிற்கு 72 மணி நேரத்திற்கு பின்பு சிகிச்சையை ஆரம்பிக்கப்படுவது சிபாரிசு செய்யப்படுவதில்லை

அத்தியாயம் 16: ஏஆர்டியிலுள்ள கர்ப்பமான மற்றும் சமீபத்தில் குழந்தை பெற்றவர்களுக்கான சிறப்பம்சங்கள்

சுஷ்மா இப்பொழுது கர்ப்பமாக உள்ளார். அவர் தற்போது மிகவும் மகிழ்ச்சியாக உள்ளார். இந்த நிலையில் ஏஆர்டி குழந்தையை பாதிக்குமா மற்றும் ஏஆர்டி எடுத்துக்கொள்வதை தவிர்ப்பதா அல்லது தொடருவதா என்பதை அறிய விரும்புகிறார்.

நீங்கள் என்ன நினைக்கிறீர்கள்?

அத்தியாயம் 18: ஏஆர்டி செயல்படுகிறதா?

சுஷ்மா அவரது சிகிச்சையை எல்லா நேரங்களிலும் சரியாக எடுத்துக்கொள்கிறார். அவரது உடல் எடை கூடி வருகிறது இறுதியாக அவரது வாயில் ஏற்பட்ட வெள்ளைக் புள்ளிகள் சிறிதி சிறிதாக குறைந்து விட்டது.

அவரது முகம் மாறிவிட்டது ஒன்றே அவரை மிகவும் கவலைக்குள்ளாக்கியுள்ளது. அவரது உடல் எடை நன்றாக இருப்பினும் அவரது தாடையில் பள்ளம் ஏற்படுகிறது. அதை ஏற்றுக்கொள்வும் மற்றும் அது குறித்து செவிலியரிடம் கலந்தாலோசிக்கவும் அவர் மிகவும் சிரமப்படுகிறார்.

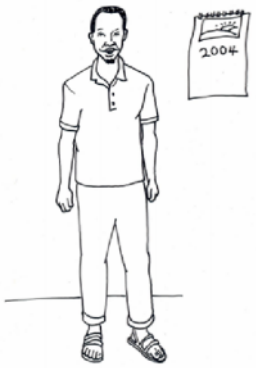
இதன் காரணம் என்னவாக இருக்க முடியும்? நீங்கள் இந்நிலையில் என்ன செய்வீர்கள்?

சுஷ்மாவின் ஹெச்பி – ஐ சோதித்தப் பிறகு, திட்ட முறையை AZT-3TC-NVP – க்கு மாற்றி செவிலியர் ஆலோசனையைக் கோருவார்

சுஷ்மா உண்மையிலேயே சந்தோஷமாக உள்ளார். அவரது குழந்தை பிறந்து 18 மாதங்கள் வயதுடையதாக இருந்த போது இருவரும் மருத்துவமனைக்கு சென்று மேற்கொண்ட ஹெச்ஐவி பரிசோதனை முடிவுகள் நெகடிவ் என்று தெரிய வந்தது.

செவிலியர் கூறியபடி மருந்துகளை மறக்காமலும் மற்றும் தொடர்ந்தும் உட்கொள்ள அவர் இன்னும் அதிகமாக பழகிவிட்டார்.

மனிஷ் அவரது சிகிச்சைகளை எல்லா நேரங்களிலும் தவறாது எடுத்துக்கொள்கிறார். அவரது உடல் எடை அதிகரிக்கிறது மற்றும் இறுதியாக அவர் அரிப்பு சிறிது சிறிதாகக் குறைந்துவிட்டது.



மனிஷிற்கு அழுத்த உணர்வு ஏற்பட்டால் அவருக்கு ஆதரவு தெரிவிக்க ஒரு நண்பர் உள்ளார். அவர் நலமாக உணர்கிறார்.

அனைத்து சந்திப்புகளுக்கு தவறாமல் குமார் வருகை புரிவோடு, மருந்து உட்கொள்வதற்கும் அவர் தவறுவதே இல்லை.

மாத்திரைகளை ஒழுங்காக எடுத்துக்கொள்ளாத நேர்வுகளை குமார் இன்னமும் கொண்டுள்ளார். ஒரு முறையையும் தவற விடக்கூடாது என்று செவிலியர் கூறுவதை அவர் அதிகமாக கூறுவதாக எடுத்துக்கொண்டார். தொடர்ந்து மாத்திரை எடுத்துக்கொள்ளாத அரே நேரத்தில் நல்ல உடல் நிலையிலிருக்கும், பல நண்பர்களை அவருக்குத் தெரியும். சில வேளைகளில் வாரக்கடைசிகளில் குமார் அதிக அளவிலான பீர் குடிப்பதை விரும்புவார்.

முதல் வருடம் குமாரின் உடல் நிலை நன்றாகவே உள்ளது. அவருக்கு உடல் எடை கூடியதோடு கைகள் மற்றும் கால்களில் எவ்வித புள்ளிகளும் ஏற்படவில்லை.

இரண்டாவது வருடமும் அவர் நலமாகவே உள்ளார்.

மூன்றாம் ஆண்டின் முடிவில் அவர் பல வாரங்களுக்கு தொடர்ந்து இரும ஆரம்பித்தார். அவர் உடல் எடையையும் இழந்தார். சோதனைகளின் முடிவில் அவர் டிபியால் பாதிக்கப்பட்டிருக்கிறார் என்று தெரிய வந்துள்ளது. ஏஆர்டி – ஐ சரியாக எடுத்துக் கொள்ளாததன் காரணமாகத்தான் அவருக்கு இந்த நிலை ஏற்பட்டுள்ளது என்று அவர்கள் கூறினர்.

குமாரின் கைகள் மற்றும் கால்களில் சந்தர்ப்பவாத நோய்களுக்கான அறிகுறிகளும் மற்றும் தழும்புகள் ஏற்பட ஆரம்பித்துள்ளது. அவர் தொடர்ந்து ஏஆர்டி – ஐ எடுத்துக்கொள்ளாததால் அவரிடம் ஏஆர்டி செயல்புரியவில்லை என்றும் செவிலியர் அவரிடம் தெரிவித்துவிட்டார். இரண்டாம் - நிலை தெரபி – ஐ எடுத்துக்கொள்வதற்காக செவிலியர் அவருக்கு வேறு ஒரு மருத்துவரை பரிந்துரை செய்தார்.

தற்போது குமார் அதிக விலை கொண்ட இரண்டாம் நிலை தெரபிக்காக அதிக பணம் செலவழித்து வருகிறார். மேலும் அதிக மாத்திரைகள் உண்ண வேண்டியிருப்பதன் காரணமாக அதிக பக்க விளைவுகளையும் சந்தித்து வருகிறார்.

இந்நிலையின் காரணமாக அவர் சந்தோஷத்தை இழந்துள்ளளோடு, அவருக்கு வேறு எந்த வாய்ப்பும் இல்லை என்பதையும் மற்றும் செவிலியர் கூறியது சரியே என்றும் உணர்ந்துள்ளார்.